

Milzstrom beim Menschen



Linker Strom

L = linke Hand; R = rechte Hand

1. L auf das linke SES 5 (auf oder unter den linken Knöchel)
R auf das mittlere SES 25 (auf dem Steißbein, gerne auch mit der Handrückseite halten)
2. L auf das rechte SES 14 (den rechten unteren Rippenbogen)
R weiter auf dem mittleren SES 25
3. L weiter auf dem rechten SES 14
R auf das linke SES 13 (Handballen auf das Brustbein legen und die Finger ablegen)
4. L weiter auf dem rechten SES 14
R auf das linke SES 22 (unterhalb des Schlüsselbeins in der Vertiefung)

Rechter Strom

L = linke Hand; R = rechte Hand

1. R auf das rechte SES 5 (auf oder unter den rechten Knöchel)
L auf das mittlere SES 25 (auf dem Steißbein, gerne auch mit der Handrückseite halten) 2. R auf das linke SES 14 (den linken unteren Rippenbogen)
L weiter auf dem mittleren SES 25
3. R weiter auf dem linken SES 14
L auf das rechte SES 13 (Handballen auf das Brustbein legen und die Finger ablegen)
4. R weiter auf dem linken SES 14
L auf das rechte SES 22 (unterhalb des Schlüsselbeins in der Vertiefung)

