- Algemene / symptomatische punten

- Shen Men
  - Crura antihelicis / fossa triangularis
  - Chinees
  - Meesterpunt
  - Psychisch harmoniserend
  - Pijnstillend
  - Verbetert de stemming
  - Kalmerend
  - Werkt psychosomatisch
  - Stress, angst, depressie, etc.
  - Werkt op o.a. de hypofyse

VERERA
TRAINING & ADVIES

- Algemene / symptomatische punten

- Nulpunt
  - Ongeveer 0,5 cm boven de helixwortel
  - Frans
  - Zonnevlecht - plexus solaris
  - Stabiliserend punt vegetatief zs
  - Psychosomatische klachten
  - Buikklachten, ontspannend voor de gehele spijsvertering
  - Ijkpunt voor huidweerstandsmeting electrische puntzoeker

VERERA
TRAINING & ADVIES

- Algemene / symptomatische punten

Niet direct zichtbaar

- Vegetativum I en II
  - I: eind antihelix (Chinees)
  - II: binnenzijde antitragus (Frans / Chinees)
  - Vegetatieve stoornissen
  - Balans sympathisch / parasympathisch zs
  - Stressverlagend
  - Ontspannend

VERERA
TRAINING & ADVIES

- Algemene / symptomatische punten

- Allergiepunt
  - Histamine punt
  - Hoogste punt op de helix bij dubbelgeklapt oor
  - Frans / Chinees
  - Allergieën bijv. hooikoorts
  - Huidproblemen bijv. eczeem, galbulten
  - Nervositeit, gemoedstoestand, pijndempend

VERERA
TRAINING & ADVIES

- Algemene / symptomatische punten

- Endocrinum
  - Hormoonpunt
  - Onderkant incisura intertragica
  - Chinees
  - Versterken immuunsysteem
  - Aandoeningen waarbij een hormonale component aanwezig is
  - Bijv. menstruatiestoornissen, schildklierproblemen, stress, etc.

VERERA
TRAINING & ADVIES

- Algemene / symptomatische punten

- Polster
  - Einde antitragus laterocraniaal
  - Chinees
  - Hersenstam / verlengde merg
  - Pijnstillend
  - Hoofdpijn, duizeligheid, vegetatieve onbalans, oorsuizen, reisziekte
  - Algemeen rustgevend punt

VERERA
TRAINING & ADVIES

- Algemene / symptomatische punten

- Verslavingspunt
  - Tegen de oorrand, t.h.v. radiaal C7/T1
  - Chinees
  - Psychisch punt
  - Stoppen met roken
  - Overgewicht
  - Andere verslavingen

VERERA
TRAINING & ADVIES

- Algemene / symptomatische punten

- Omegapunt
  - Onderkant lobulus
  - Frans / Chinees
  - Psychisch punt
  - Vegetatieve onbalans
  - Artrose, gewrichtsklachten
  - Slaapstoornissen

VERERA
TRAINING & ADVIES

- Algemene / symptomatische punten

- Ganjang 1
  - Oorrand
  - Chinees
  - Onderbuikklachten
    - Hormonale storingen
    - Menstruatieklachten
    - Etc.

VERERA
TRAINING & ADVIES

- Algemene / symptomatische punten

- Ganjang 2
  - Oorrand
  - Chinees
  - Bovenbuikklachten
    - Galblaas / lever storingen
    - Maagklachten
    - Algemene spijsverteringsproblemen
    - Etc.

VERERA
TRAINING & ADVIES

- Algemene / symptomatische punten

- Point de Jérome
  - Direct onder het polsterpunt
  - Frans
  - Psychisch punt
  - Slaapstoornissen, inslapen / doorslapen
  - Angststoornissen

VERERA
TRAINING & ADVIES

- Algemene / symptomatische punten

- Hongerpunt
  - Caudaal van het midden van de tragus
  - Chinees
  - Verslaving, obesitas, eetstoornissen
  - Ondersteunen bij het afvallen

VERERA
TRAINING & ADVIES

- Algemene / symptomatische punten

- Dorstpunt
  - Craniaal van het midden van de tragus
  - Chinees
  - Verslaving, obesitas, eetstoornissen
  - Ondersteunen bij het afvallen

VERERA
TRAINING & ADVIES

- Algemene / symptomatische punten

- Angstpunt
  - Caudaal van de incisura intertragica, waar de lobulus vastzit aan je gezicht.
  - Frans
  - Angsten, zorgen

VERERA
TRAINING & ADVIES

- Algemene / symptomatische punten

- Valiumpunt
  - Caudal deel van de tragus.
  - Frans / Chinees
  - Spierpijnen
  - Ontspanning
  - Angsten, zorgen

VERERA
TRAINING & ADVIES

- Algemene / symptomatische punten

- Anti-depressie punt
  - Overgang lobulus / cauda helix
  - Frans
  - Depressie, overspannen, burnout, etc.

VERERA
TRAINING & ADVIES

- Algemene / symptomatische punten

- Spierontspanningspunt
  - Onder de helixwortel in de concha
  - Chinees
  - Pijnstillend
  - Spierontspannend

VERERA
TRAINING & ADVIES

- Algemene / symptomatische punten

- Darwin punt
  - Op de helix, lijkt soms een klein knobbeltje
  - Frans
  - (vegetatieve) storingen van de onderste extremiteiten en het kleine bekken

VERERA
TRAINING & ADVIES

- Algemene / symptomatische punten

- Bloeddrukverlagend punt
  - In de fossa triangularis
  - Chinees
  - Hypertensie

VERERA
TRAINING & ADVIES