

5 Öron:

Blås först på nacke, midja och njure är i 20 min, blås sedan på öronen i 25 min, i totalt 45 min.

(Täta slag på örat kan reglera den viscerala funktionen.)

5.

Ear: First blow on the neck, waist and kidney area for 20 minutes, then blow on the ears for 25 minutes, for a total of 45 minutes. (Frequent blow on ear can regulate visceral function.)

