



PRAKTEK AKUPRESUR
MENINGKATKAN IMUNITAS
DALAM MASA COVID 19

BY. MAWARTI ANITA SARI

PERLENGKAPAN AKUPRESUR

**APD
PETUGAS**

- **APRON / GOWN**
- **HANDSCOON**
- **GOGGLE/KACA MATA/FACE SHIELD**
- **MASKER BEDAH**

**(PASTIKAN SEBELUM MENGGUNAKAN APD
SUDAH MELAKUKAN KEBERSIHAN
TANGAN)**

PERALATAN AKUPRESUR

- HANDUK



- ALAT BANTU



- MINYAK



TITIK AKUPRESUR

untuk meningkatkan stamina tubuh

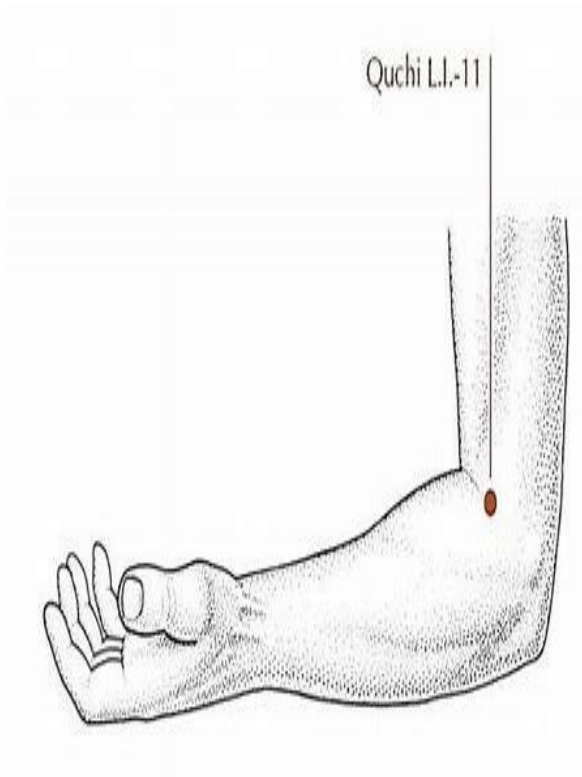
- ❖ Ex-HN 3 (Yintang)
- ❖ LI 11 (Quchi)
- ❖ LI 4 (Hegu)
- ❖ ST 36 (Zusanli)
- ❖ SP 6 (Sanyinjiao)

TITIK Ex-HN 3 (Yintang)



- Terletak antara kedua pangkal alis, di garis tengah tubuh depan
- Titik ini berguna untuk mengurangi sakit kepala, sakit di dahi, rasa berat di kepala

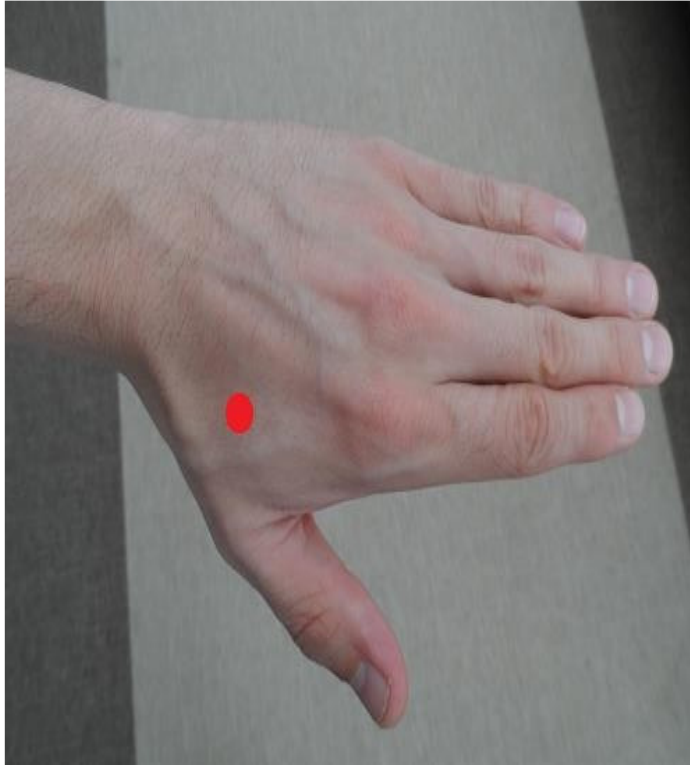
LI 11 (Quchi)



Terletak antara lipat siku
sebelah luar dan tonjolan
tulang siku

Fungsi : Faringitis, Tonsilitis,
Demam, Influenza

LI 4 (Hegu)



- Di punggung tangan pada tonjolan tertinggi ketika ibu jari dan telunjuk dirapatkan
- Fungsi : untuk sakit kepala bagian kening, migrain, nyeri dan pembengkakan pada mata

ST 36 (Zusanli)



- Terletak 4 jari di bawah lutut, 1 jari tepi luar tulang kering
- Fungsi : untuk penyakit pencernaan seperti : Nyeri lambung, Tukak, Perut Kembung, Diare, Konstipasi

SP 6 (Sanyinjiao)



Terletak 4 Jari di atas mata kaki bagian dalam

Fungsi : untuk Penyakit dari lambung

