

禅 Stone needle

Stone Needle, Notice d'utilisation



Veillez lire attentivement l'intégralité de cette notice avant d'utiliser nos produits en pierre Stone Needle comme outils de massage.

Sommaire :

1. [Qu'est ce que le Stone Needle et dans quel cas est-il utilisé ?](#)
2. [Quelles informations sont à connaître avant d'utiliser cet appareil de massage ?](#)
3. [Quelles méthodes sont utilisées ?](#)
4. [Quelles sont les consignes à respecter pendant l'utilisation ?](#)
5. [Informations supplémentaires.](#)

1. Qu'est ce que le Stone Needle et dans quel cas est-il utilisé ?

Stone Needle est avant tout un outil de massage mais il est aussi souvent porté en bijou pour ses effets statiques bienfaits et la beauté de sa pierre au noir satiné riche et onctueux.

Il est utilisé comme appareil médical dans les hôpitaux Chinois traditionnels et en traitement parallèle à celui des médicaments pour des maladies. Dans notre vie quotidienne moderne, il nous protège contre la maladie et nous donne une stratégie pour prendre soin de notre santé et de nous même. Que nous soyons malade ou non, il nous apporte toujours des effets bienfaits : Relâcher les tensions en agissant sur les nœuds musculaires (Points trigger souvent responsables de douleurs), détendre le corps, calmer l'esprit, favoriser le sommeil, améliorer la performance physique.

2. Quelles sont les informations à connaître avant de l'utiliser en appareil de massage ?

Ne l'utilisez pas comme appareil de massage :

- Si vous êtes hémophile.
- Si vous avez un problème de peau purulent ou présentant des plaies (ex, eczéma, herpes ; furoncle croûte; ulcératif anthrax ; etc.), et une maladie contagieuse dermatologique.
- Sur une fracture récente.
- Si vous êtes enceinte.

3. Quelles méthodes sont utilisées ?

✚ Thérapie par la température

- a) Thérapie par pierre chaude : mettez la pierre chauffée directement ou indirectement sur la surface du corps, pour enlever les agents pathogènes froids et faire circuler le sang.
- b) Thérapie par pierre froide : mettez la pierre froide directement ou indirectement sur la surface du corps, pour absorber la chaleur corporelle de surplus, pour faire baisser la fièvre.

c)

✚ Les méthodes de massage :

- a) Toucher : mettez la pierre sur la surface du corps et faites de petits mouvements circulaires.
- b) Frottement : mettez la surface de pierre sur le corps et faire le mouvement aller et retour en ligne droite.
- c) Pousser : pressez la pierre avec la main en ligne droite avec une vitesse et une force modérée.
- d) Gratter : grattez avec le bord de la pierre.
- e) Résister : appuyer le point d'acupuncture ou l'endroit où vous avez mal avec la partie pointue de pierre, faire de petits mouvements de rotation.
- f) Caresser : caresser le corps avec la pierre.
- g) Rouler : roulez l'appareil sur le corps.
- h) Masser : massez avec la surface plate de l'appareil ou la partie pointue.
- i) Appuyer : mettez la surface plate de cet appareil sur le corps, appuyez avec une main ou deux mains.
- j) Pointer : pointez les points d'acupuncture avec le bout pointu de cet appareil.
- k) Pincer : prenez l'appareil avec la main, pincez les muscles.
- l) Taper : tapez le corps rythmiquement avec l'outil de massage.
- m) Vibrer : mettez la pierre sur le corps et faites vibrer à haute fréquence.
- n) Remuer : remuez la partie pointue de l'outil sur le corps.



Gratter



Taper



Pointer

4. Quelles sont les consignes à respecter pendant l'utilisation ?

Pendant la thérapie à pierre chaude, ne pas chauffer excessivement la pierre au risque de brûler la peau.

Pour la méthode « frottement », évitez de frotter très fort, ce qui pourrait occasionner des blessures.

Pour la méthode « appuyer », évitez d'appuyer trop fort, appuyer progressivement avec une force modérée.

Pour la méthode « taper », tapez le corps avec force modérée, avec un geste droit. Proche du thorax, tapez doucement, vous ne devez pas l'utiliser sur l'endroit où l'os devient visible.

Quant à la méthode « remuer », remuez doucement sans blesser les muscles ou la peau.

Chaque massage dure entre 10 et 20 minutes. Massez avec une force modérée jusqu'à ce que vous sentiez la zone traitée un peu chaude.

Le massage peut être effectué à tout moment, lors de discussion, lorsque vous regardez la télévision, lorsque vous vous reposez, au bureau.

Pour stimuler une zone précise, vous pouvez utiliser tous les outils de massage à votre convenance, par exemple, pour les bras, vous pouvez porter un bracelet ou masser le bras ou la main avec l'outil de massage ; pour le thorax, vous pouvez porter un bijou, etc.

Conclusion :

Massez 10 à 15 minutes avec une force modérée jusqu'à ce que la peau soit un peu chaude. Evitez de masser trop fort. Peignez la tête 20 à 30 minutes au minimum 2 fois par jour. Vous pouvez vous masser à tout moment, en regardant la télévision, en vous reposant, lors de discussion, et même au bureau. Chaque outil de massage peut être utilisé à votre convenance.

Nota :

1. N'utilisez pas la méthode « taper » sur la tête, il vaut mieux utiliser le peigne.
2. N'utilisez pas la méthode « taper » et « vibrer » trop proche du cœur.
3. La thérapie à pierre froide ne convient pas aux personnes trop âgées ou faibles.
4. Maîtrisez la force d'appui quand vous manipulez la pierre sur des personnes âgées ou sur une zone du corps trop fragile.

5. Informations supplémentaires.

Conservez l'appareil hors la portée des enfants. Ce produit est fragile, évitez de le cogner et le faire tomber. Utilisez son coffret pour le transporter. Ce produit peut être lavé avec de l'eau savonneuse. Ne pas le laver avec des produits dissolvants, détergents ou acides.

Substance active du Stone Needle : $I_{Ra} \leq 0,5$ $I_{\gamma} \leq 0,6$

Nos produits font l'objet d'analyses chimiques rigoureuses et régulières. Ils ne contiennent pas d'éléments toxiques au-delà des normes autorisées par l'OMS.

Exemple (ug/g) : Pb \leq 40 ; Cd \leq 40 ; Hg \leq 25 ; As \leq 10

<http://stoneneedle.fr>

© 2014

