

Контактный способ понижения артериального давления путем мануального воздействия, отличающийся тем, что воздействия начинают с затылочной части головы, совершая указательным и средним пальцами круговые движения с надавливанием от больших выйных площадок к малым в течение 0,3-0,5 мин, затем надавливают на область между точками Бай-хуэй и Цянь-дин в течение 0,5-1 мин, после чего большим согнутым пальцем продольными движениями осуществляют массаж лобной части в течение 0,7-1 мин, кратковременно воздействуют на эту область водой с температурой до 3°C или снегом, после этого резко надавливают большим или средним пальцем на межкозелковую вырезку, полость ушной раковины и частично на козелок, охлаждают водой или снегом эту область, а затем разминают височную область, мягко надавливая указательным и средним пальцами и совершая движения вверх-вниз, с последующим охлаждением этой области водой или снегом.