

按推力量、次數、時間及找法

所有的原始點，大多位在骨旁之筋，找到原始痛點後，按推力道之輕重，應以患者能承受為宜，但又不能太輕，否則效果不佳，最好是患者感覺在按推時有點疼痛，但又能承受為宜，按推力道最好由輕而重。輕症患者2—3天按推一次，也可每天按推當作保健，重症患者在能承受範圍內，一天可按推3—4次。每個按推點約3秒，可來回處理約2—3次，只要患者症狀減輕即可停止操作，至於按推的時間因病情不同，很難加以規定，時間也許幾秒鐘，也可能是幾分鐘。

脊椎兩側之原始痛點，可處理身體相對應之疾病，脊椎兩側原始點的找法：

症狀訊號處	身體前面	脊椎旁邊	脊椎下面
原始痛點	後面脊椎兩側	中間脊椎兩側	上面脊椎兩側

- 但亦有極少部分患者，在症狀相關的原始點找不到痛點，而必須再往上找。
- 影子與本尊重疊的地方，最常見的如肩胛部原始點與臀部原始點，就不需考慮影子，直接按推即可。
- 每個人的骨骼位置、形狀不盡相同，原始點位置圖僅供參考，實際操作是沿著骨旁來尋找筋上的原始痛點。