**Vizeletkiválasztó szervrendszer**

1. **vese**: a 2-3. lábujj között lefele, a talppárna aljától 1 ujjbegynyire. Masszázsa körkörösen vagy pontnyomogatással 2 percig középerősen
2. **húgyvezeték**: a vese alsó részéről induló és a húgyhólyagot összekötő vonal. A vesétől a hólyag felé masszírozzuk húzó mozdulattal, 0,5 percig középerősen.
3. **húgyhólyag**: a belső talpélen a sarokpárna előtti kissé kidudorodó terület. Kisebb része található a talpi területen, nagyobb része a talp belső oldalán. Masszázsa körkörösen 2 percig középerősen.
4. **húgycső**: a húgyhólyag területétől a sarok és a belső boka közötti képzeletbeli vonal közepe felé mutat. Kb. fél cm hosszú. Iránya a hólyag felől a boka és a sarok közötti mélyedés felé, finoman vagy középerősen 0,5 percig.