

ツボ

中渚 ちゅうしょ



● ツボの位置

手をにぎった時、小指と薬指の関節にできるくぼみが中渚(ちゅうしょ)です。

● 症状

めまい・耳なり

TUBO NOTE

ツボ名	中渚
経絡名	手の少陽三焦経
英略	TE3
要穴	三焦経の兪木穴



由来

「渚」はなぎさ、水ぎわ。こぶしを握った時、小指とくすり指の中手骨の間のくぼみ。三焦経の気の集まる場所



ツボは血行不良をおこしているポイント > ●へこみをさがす ●押すと軽い痛みのあるところ ●皮膚のカサつきもチェック