

ツボ

大陵 だいらりょう



● ツボの位置

手のひらを上にして、手首の曲がりジワの真ん中が大陵(だいらりょう)です

● 症状

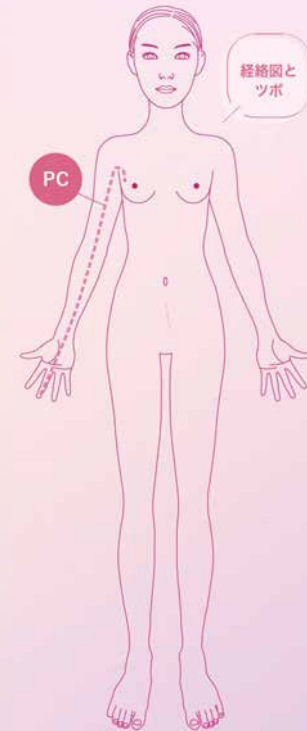
のどがつまる・バネ指・手根管症候群

TUBO NOTE

ツボ名	大陵
経絡名	手の厥陰心包経
英略	PC7
要穴	心包の原穴、 心包経の兪土穴

由来

「大」は大きい、重要、「陵」は丘。手のひらの肉の盛り上がりのすそにある、心包経の代表的なツボ(原穴)



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

