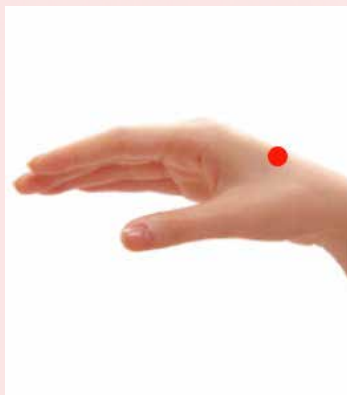


## ツボ

# 合谷 ごうこく



### ● ツボの位置

親指と人さし指の骨がまじわったところから、やや人さし指よりのへこみが合谷(ごうこく)です

### ● 症状

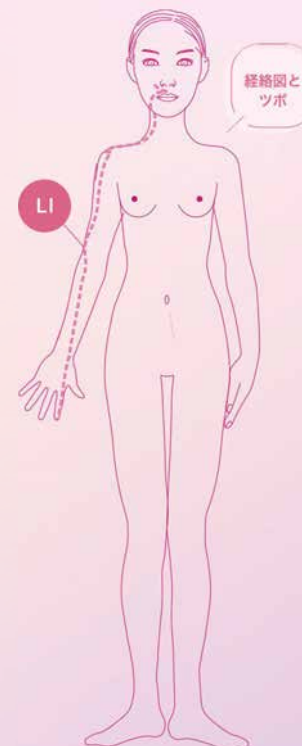
腱鞘炎(親指)・頭痛・鼻づまり

## TUBO NOTE

ツボ名	合谷
経絡名	手の陽明大腸経
英略	LI 4
要穴	大腸の原穴、四総穴

### 由来

「合」はあう「谷」はくぼみ。「まずは合谷」の言葉の通り、万能のツボとして最も知られるツボ



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

