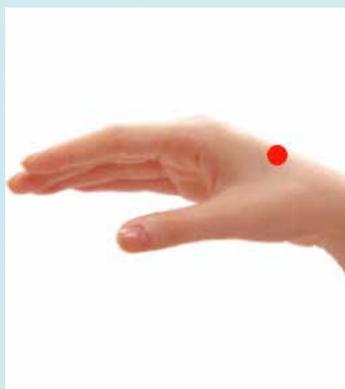


鼻づまり

動画で詳しく



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

動画で詳しく



厲兌 れいだ



● ツボの位置

足の第2趾、ツメの生え際の外側の角が厲兌(れいだ)です。

ツボの働き > お腹を温めて胃腸の働きを促し鼻粘膜のむくみをやわらげます

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

