

## ツボ

# 太溪 たいけい



### ● ツボの位置

内くるぶしとアキレス腱の間のくぼみ  
が太溪 (たいけい)です。

### ● 症状

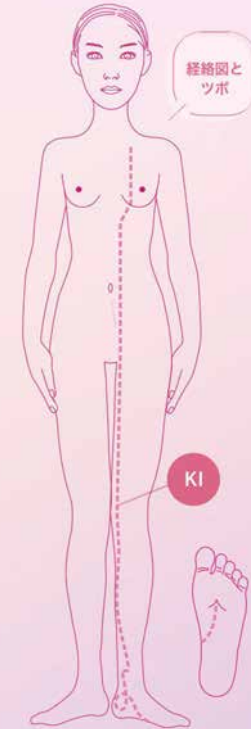
のどがつまる・汗かき症

## TUBO NOTE

ツボ名	太溪
経絡名	足の少陰腎経
英略	KI3
要穴	腎の原穴、腎経の兪土穴

### 由来

「太」は大きい重要の意。「溪」は溪谷のような大きなくぼみのこと。内くるぶしとアキレス腱の間にある大きなくぼみ。気の流れが水のように集まり、たまるところ



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