

ツボ

陽池 ようち



● ツボの位置

小指と薬指の骨のあいだを手首へ向かってなでていくと 指が止まるくぼみが陽池(ようち)です。

● 症状

手根管症候群

TUBO NOTE

ツボ名	陽池 (ようち)
経絡名	手の少陽三焦経
英略	TE4
要穴	三焦経の原穴



由来

「陽」は外側。「池」はくぼみ。
ここでは手の甲側のくぼみという意味です。

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

