

症状からツボ

便秘

神門 しんもん



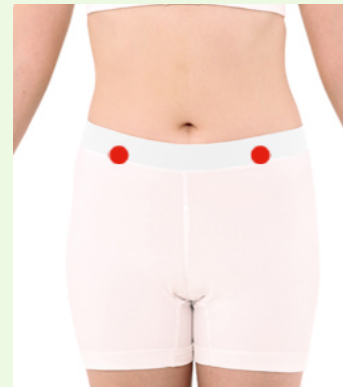
ツボの位置

手首の曲がりジワを小指側へなでてゆき、骨の出っぱりの手前で指が止まるところが神門(しんもん)です。

動画で詳しく



腹結 ふっけつ



ツボの位置

おへそと腰骨を結ぶ線と、乳頭から下がった線との交わったところが腹結(ふっけつ)です。

動画で詳しく



ツボの働き > 自律神経の働きをととのえ、腸の動き、運動を促します。

ツボの探し方 > ●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