

ツボから症状

大敦 だいとん



動画で見る



ツボの位置

足の親指のツメの生え際人さし指側の角が大敦(だいとん)です。

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

ツボノート

ツボ名	大敦
経絡名	足の厥陰肝経 (けついんかんけい)
英略	LR1
要穴	肝経の井木穴(せいもくけつ)

由来

「大」は大きい、「敦」は厚いの意味。
大きく厚い親指のこと。

