

症状からツボ

気候の変わり目に咳が出る

動画で詳しく



孔最 こうさい



ツボの位置

ヒジの曲がりジワの親指側と手首をむすんだ線のヒジから1/3下がったところが孔最(こうさい)です。

動画で詳しく



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。

ツボの働き > 下半身の血行が促され、カラダの上下循環がスムーズになることにより呼吸が整います

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