

ツボから症状

内庭 ないてい



動画で見る



ツボの位置

足の人さし指と中指のあいだが内庭(ないてい)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	内庭
経絡名	足の陽明胃経 (ようめいいけい)
英略	ST44
要穴	胃経の栄水穴(えいすいけつ)

由来

「内」は深部、「庭」は居住地の意味。浅い「表」より進行した「内」にある病態に効果があるところから名づけされた。

