

ツボから症状

温溜 おんる



動画で見る



ツボの位置

親指を上にしてヒジを曲げ、ヒジの曲がりジワの先端と手首を結ぶ線の真ん中から親指1本手首よりが温溜(おんる)です。

症状

歯ぐきがはれる

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	温溜
経絡名	手の陽明大腸経 (ようめいだいちょうけい)
英略	LI7
要穴	大腸経の郄穴(げきけつ)

由来

「温」はあたたかさ、「溜」はたまる、陽気がたまるところ

