

ツボから症状

労宮 ろうきゅう



動画で見る



ツボの位置

手を軽くにぎり指を折り曲げた時、中指の先が手のひらにあたる場所が労宮(ろうきゅう)です。

症状

手のはれぼったい

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 | 労宮 |
| 経絡名 | 手の厥陰心包経 (けついんしんぼうけい) |
| 英略 | PC8 |
| 要穴 | 心包経の榮火穴(えいかけつ) |

由来

「労」は疲れ、「宮」はやどる、心労の集まる場所。

別名：心のツボ

