

症状からツボ

たびたび目がさめる

動画で詳しく



神門 しんもん



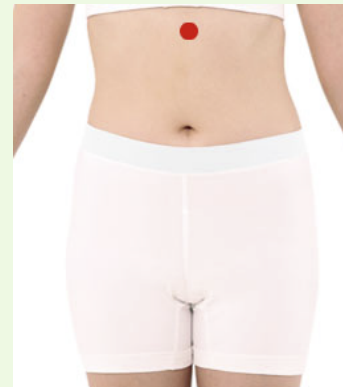
ツボの位置

手首の曲がりジワを小指側へなでゆき、骨の出っばりの手前で指が止まるところが神門(しんもん)です。

動画で詳しく



巨闕 こけつ



ツボの位置

みぞおちの真ん中で、いちばんへこんでいるところを探します。そこが巨闕(こけつ)です。

ツボの働き > 活動と睡眠のオン、オフをバランスよく切り替えられるよう促します

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