

症状からツボ

手足の血行不良

動画で詳しく



太淵 たいえん



ツボの位置

手のひらを上にして手首の曲がり
じわ親指側で動脈の拍動を感じ
るところが太淵(たいえん)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 > 呼吸を深くして緊張をほぐし、カラダ全体の血行を促して皮膚を温めます

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