

# 症状からツボ

## 手がはれぼったい

動画で詳しく



### 太溪 たいけい



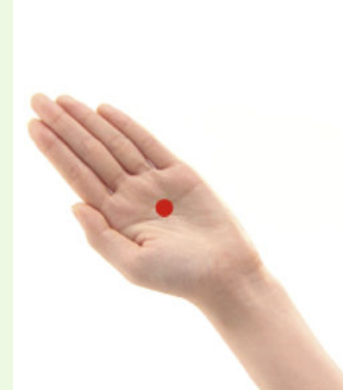
#### ツボの位置

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。

動画で詳しく



### 労宮 ろうきゅう



#### 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ところが労宮(ろうきゅう)です。

ツボの働き > カラダの潤いをコントロールする腎機能を高めて、手のむくみを緩和します

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