

# ツボから症状

## 陽池 ようち



動画で見る



### ツボの位置

小指と薬指の骨のあいだを手首へ向かってなでていくと 指が止まるくぼみが陽池(ようち)です。

### 症状

手根管症候群

### 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	陽池
経絡名	手の少陽三焦経 (しょうようさんしょうけい)
英略	TE4
要穴	三焦経の原穴(げんけつ)

### 由来

「陽」は外側。「池」はくぼみ。  
ここでは手の甲側のくぼみという意味です。

