

症状からツボ

鼻づまり

合谷 ごうこく



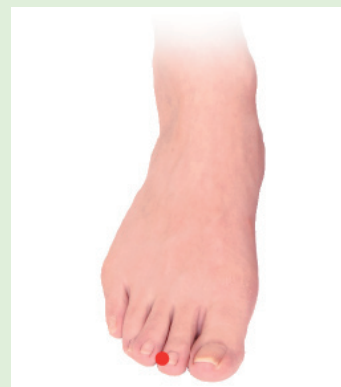
ツボの位置

親指と人さし指の骨がまじわったところから、やや人さし指よりのへこみが合谷(ごうこく)です

動画で詳しく



厲兌 れいだ



ツボの位置

足の第2趾、ツメの生え際の外側の角が厲兌(れいだ)です。

動画で詳しく



ツボの働き > お腹を温めて胃腸の動きを促し鼻粘膜のむくみをやわらげます

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