

□肩部□ 肩中愈(けんちゅうゆ)

[効果]

肩こり・肩背部痛・喘息

第7頸椎(首を前に屈し、首の付け根の一番高い骨)の下のくぼみから指2本分にあるつぼです。

肩こり、肩背部痛、喘息、寝違えなどに効果があります。

慢性肩こりには中指がこのつぼに当たるように示指と薬指を添え、少し強めに押します。

「天柱」「肩井」を一緒に押すと効果があります。

誠に勝手ながら、当サイトをご利用になった上で生じたいかなる損害に対しても、一切の責任を負いかねます。予めご了承ください。
なお、著作権は放棄しておりませんので、当ページの内容のすべてまたは一部を他へ転載・配布・販売などすることをお断りいたします。

