

□上肢□ 外関(がいかん)

[効果]

腕の痛み、手のしびれ

外関は内関穴の反対側すなわち手首の背面から指3本の中央にあるつぼです。

頭痛、耳鳴り、手のふるえ、手のしびれ、腕の痛みに効果があります。

内関穴と同じように外関穴に母指をあて四指で把握するように押します。

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。

