



関連
経絡

「手」
の
経絡

「小腸経」・「三焦経」・「大腸経」

症状・体質

「小腸経」

- ・消化不良・肩コリ・首のコリ
- ・腰痛・手足の力が弱い
- ・肥りやすい・頭痛、頭重・貧血
- ・耳鳴り・疲れやすい・体重減少
- ・膝痛・栄養吸収悪い・冷え性
- ・のぼせ・月経不順・めまい
- ・手足の痺れ

「三焦経」

- ・むくみやすい・風邪をひきやすい
- ・耳鳴り・湿疹が出来やすい
- ・疲れやすい・アレルギー
- ・虚弱体質・息苦しい
- ・頭がかぶさって重い

「大腸経」

- ・疲れやすい・手がだるい・肩コリ
- ・便秘しやすい・耳鳴り・運動不足
- ・股関節痛・息苦しい
- ・下痢しやすい・腰痛・膝痛
- ・積極性が乏しく気が抜ける
- ・鼻、気管支が弱い・下腹の冷え

精神面

「小腸経」

- ・気を使うことが多い
- ・我慢強く内向的で考え込

む性格

- ・過度の笑い喜び

「三焦経」

- ・心理的に負担が多い
- ・疲れて頭がまとまらない
- ・寒冷地不適應
- ・過度の笑い喜び

「大腸経」

- ・足が痺れる
- ・気が抜けている
- ・積極性がない
- ・依頼心が強い・悲しむ
- ・さびしい

合う食べ物

「小腸経」

- ・やまいも・レバー
- ・豆腐・玄米ピラフ

「三焦経」

- ・桃・豆類
- ・小麦 芽・レバー

「大腸」

- ・蜂蜜・やまいも
- ・はす・たけのこ
- ・白菜・じゃがいも

関連する筋肉

