

□頭部□ 百会（ひゃくえ）

[効果]

頭痛・目まい・目の疲れなど

百会は頭部の真ん中と両耳の先端を結ぶ線の交点にあるつぼです。

頭痛、頭重、めまい、耳鳴り、高血圧、不眠、眼精疲労、健忘症、痔疾などに効果があります。百会には、自律神経調整機能があり、うつ病や生理前のイライラ（PMS）にも有効です。

中指がこのつぼにあたるように示指と薬指を添えて、少し強めに押します。

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。

