

## ツボ

# 中脘 ちゅうかん



### ●ツボの位置

おへそに小指をあてて、親指までの指幅5本。親指があたっているところを目安にして指でやさしくなでるとへこみがあります。そこが中脘(ちゅうかん)です。

### ●症状

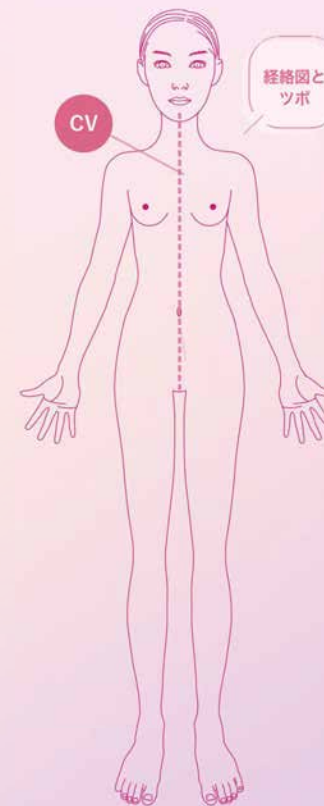
背中のコリ

## TUBO NOTE

ツボ名	中脘
経絡名	任脈
英略	CV12
要穴	胃の募穴、 八会穴の腑会

### 由来

「脘」は胃全体を示します。胃に関係するツボは上脘、中脘、下脘にわかれます。中脘は胃の中心部をさし、胃の症状の反応点であり、治療点です。



ツボは血行不良をおこしているポイント > ●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

