

ツボ

血海 けっかい



●ツボの位置

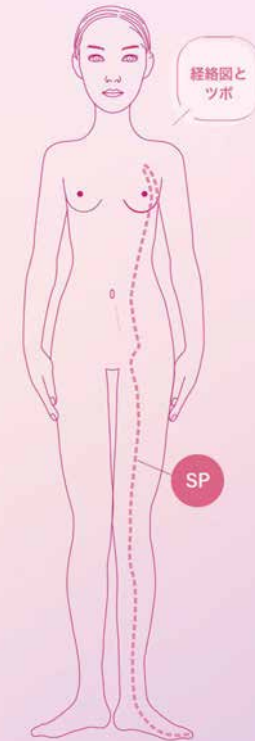
ひざのお皿の上、内側角にくすり指をおき指幅3本そろえて人さし指があたっているところが血海(けっかい)です。

TUBO NOTE

ツボ名	血海
経絡名	足の太陰脾経
英略	SP10
要穴	

由来

「血」は血液。「海」はひろく大きい。気・血が大量に集まる場所。血を脾にもどす働きがあり、女性の症状に欠かせないツボ。



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