

ツボ

照海 しょうかい



● ツボの位置

内くるぶしの真下にあり、押すと痛みを感じるくぼみが照海(しょうかい)です。

● 症状

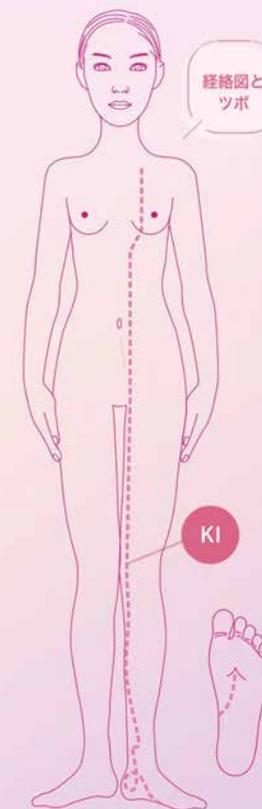
トイレが近い・耳が聞こえにくい・耳なり

TUBO NOTE

ツボ名	照海
経絡名	足の少陰腎経
英略	KI 6
要穴	八脈交会穴

由来

「照」はてらす、あきらかとなるの意。「海」はひろく集まる場所。照海は腎経の気が集まるツボ



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