

ツボ

承山 しょうざん



● ツボの位置

つま先立ちをしてアキレス腱をふくらはぎの方へなで上げていくと、へこみがあります。そこが承山(しょうざん)です。

● 症状

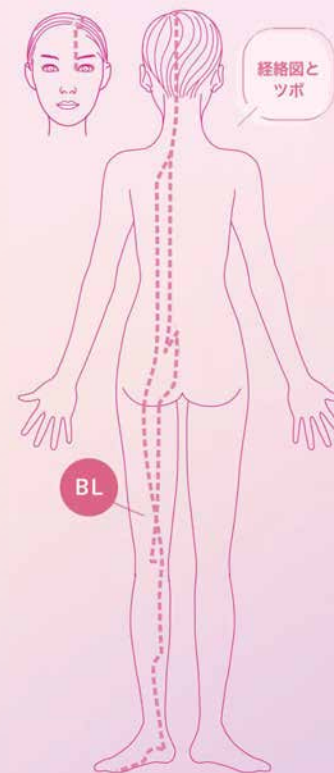
痔

TUBO NOTE

ツボ名	承山
経絡名	足の太陽膀胱経
英略	BL57

由来

「承」はたまわる、うけるの意。「山」はここでは腓腹筋のもりあがりのこと。全体重を支えている腓腹筋のすぐ下にあるツボ



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