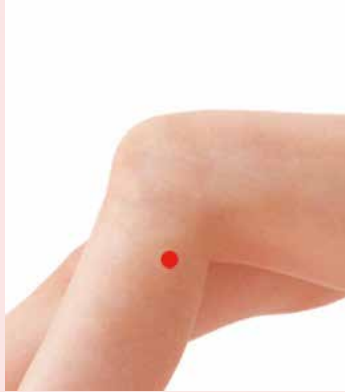


ツボ

陽陵泉 ようりょうせん



●ツボの位置

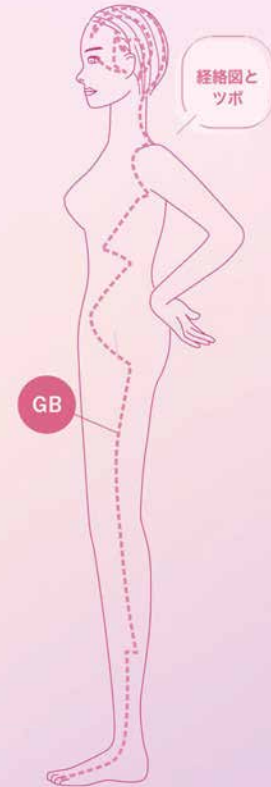
ひざの外側下にある骨のでっばりのすぐ下のへこみが陽陵泉(ようりょうせん)です。

TUBO NOTE

ツボ名	陽陵泉
経絡名	足の少陽胆経
英略	GB34
要穴	胆経の合土穴、 八会穴の筋会、 胆の下合穴

由来

「陽」は外、ここではひざの外側
「陵」は丘、もりあがり「泉」は気が湧きだすところ、ひざの腓骨頭の近くのへこみにあるツボ。



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