

梁丘 りょうきゅう



● ツボの位置

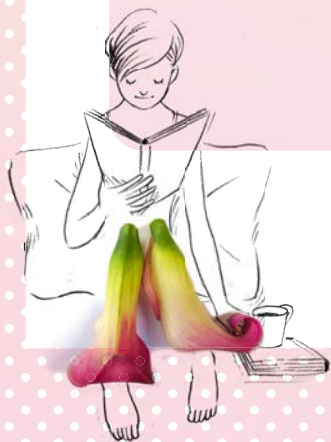
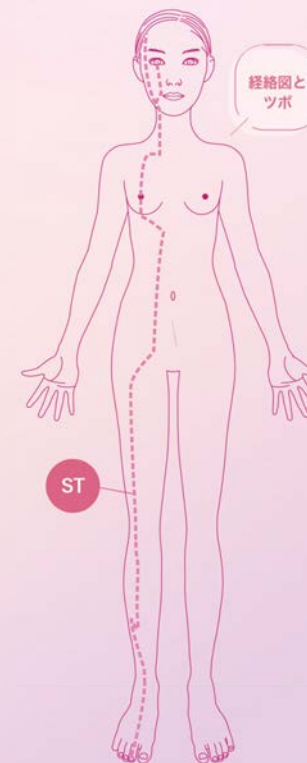
ひざのお皿の外側角に、くすり指をおき、指3本そえて人さし指があたっているところが梁丘(りょうきゅう)です。

TUBO NOTE

ツボ名	梁丘
経絡名	足の陽明胃経 (ST)
英略	ST34
要穴	胃経の郄穴

由来

「梁」はハリ、「丘」はもりあがったところ、ひざの上のもりあがったところ。



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