

膝眼 しつがん



●ツボの位置

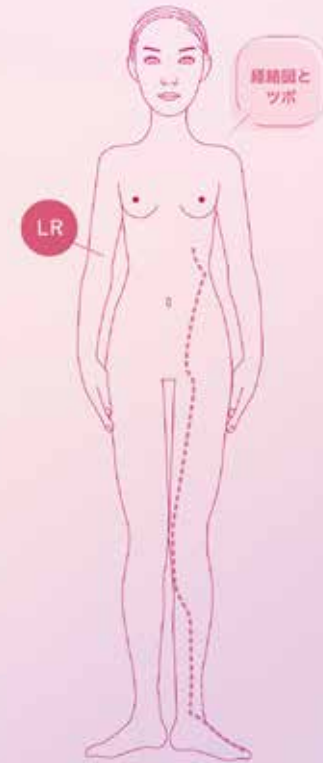
ひざのお皿のすぐ下にある左右のくぼみが膝眼(しつがん)です。

TUBO NOTE

ツボ名	膝眼(しつがん)
経絡名	足の厥陰肝経
英略	LR7

由来

ひざのお皿の下の両側のくぼみが子牛の眼のように見えるところから膝眼。ひざの内側が内膝眼、外側が外膝眼と呼ばれます。ひざの痛みをやわらげることで知られています。



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

