

ツボ

公孫 こうそん



●ツボの位置

足の親指のつけ根にあるふくらみと内くるぶしのななめ前にある骨のどっぴりの間のへこみが公孫(こうそん)です。

TUBO NOTE

| | |
|-----|-----------------|
| ツボ名 | 公孫(こうそん) |
| 経絡名 | 足の太陰脾経 |
| 英略 | SP4 |
| 要穴 | 脾経の絡穴、 八脈交会穴 |

由来

「公孫」は黄帝の姓に由来する。
「公孫」は脾経のツボ、脾は中心に位置し四方を灌溉、黄帝は中央におり四方に君臨、その黄帝の性が公孫というところから由来している。



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

