

## ツボ

# 飛揚 ひよう



### ● ツボの位置

かかとの上げアキレス腱からふくらはぎをなであげたへこみから外側なめ下にあるへこみが飛揚(ひよう:BL58)です。

## TUBO NOTE

ツボ名	飛揚(ひよう)
経絡名	足の太陽膀胱経
英略	BL58
要穴	膀胱経の絡穴

### 由来

「飛」は飛ぶ、「揚」は飛び上がるの意味で飛揚から経気が腎経に向けて飛ぶように早く流れていくために名づけされた。



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

