

商丘 しょうきゅう



●ツボの位置

内くるぶしの斜め前にあるくぼみが商丘(しょうきゅう: SP5)です。

TUBO NOTE

ツボ名	商丘(しょうきゅう)
経絡名	足の太陰脾経
英略	SP5
要穴	脾経の経金穴

由来

商丘は足の太陰脾経の経金穴で、金は五行論の五音では「商」にあたります。

「丘」は盛り上がったの意味。



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