

ツボから症状

中封 ちゅうほう



動画で見る



ツボの位置

内くるぶしの中心と同じ高さで内くるぶしのすぐ前のくぼみが中封(ちゅうほう)です。

ツボの探し方

- 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

ツボノート

ツボ名	中封
経絡名	足の厥陰肝経 (けついんかんけい)
英略	LR4
要穴	肝経の経火穴(けいかけつ)

由来

「中」は中心、「封」は封鎖、閉じ込められるの意。

