

# ツボから症状

## 中髎 ちゅうりょう



動画で見る



### ツボの位置

おしりの真ん中にある骨が仙骨です。仙骨の4つのくぼみのうち上から三番目のくぼみが中髎(ちゅうりょう)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	中髎
経絡名	足の太陽膀胱経 (たいようぼうこうけい)
英略	BL33

### 由来

「髎」は仙骨孔を意味する。仙骨孔には左右合わせて8穴あり「八髎穴(はちりょうけつ)」と呼ばれており、中髎は上から3番目のツボにあることから名づけられた。

