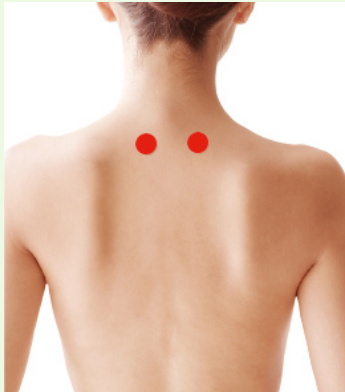


# ツボから症状

## 大杼 だいじょ



動画で見る



### ツボの位置

うつむいた時、首のつけ根でいちばんでっばっている骨のすぐ下のくぼみから外側へ指幅2本よこが大杼(だいじょ)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	大杼
経絡名	足の太陽膀胱経 (たいようぼうこうけい)
英略	BL11
要穴	八会穴の骨会 (はちえけつのこつえ)

### 由来

「大」は大きい、「杼(ひ)」は、はたおり機に使う横糸をまく「杼」という糸巻きのこと。

頸椎の両側に大きく伸びる横突起が「杼」に似ているのでその名がついた。

