

# ツボから症状

## 復溜 ふくりゅう



動画で見る



### ツボの位置

内くるぶしのいちばん高いところに薬指をおき、指幅3本そろえて人さし指があたっているアキレス腱の前が復溜(ふくりゅう)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	復溜
経絡名	足の少陰腎経 (しょういんじんけい)
英略	KI7
要穴	腎経の経金穴 (けいきんけつ)

### 由来

「復」は重なる。「溜」はたまる。経気が流れてとどまるところにあるツボなので復溜と呼ばれてきました。

