

# 症状からツボ

## 下痢

### 梁丘 りょうきゅう

動画で詳しく

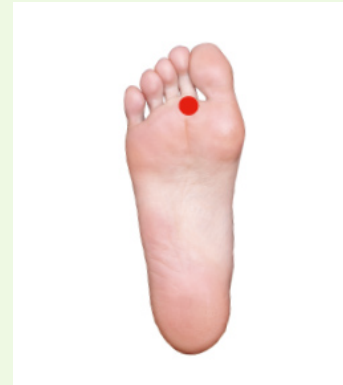


#### ツボの位置

ひざのお皿の外側角に、くすり指をおき、指幅3本そえて人さし指があたっているところが梁丘(りょうきゅう)です。

### 裏内庭 うらないてい

動画で詳しく



#### ツボの位置

足の第2趾を足裏へ折り曲げ、指先が足裏にふれたところが裏内庭(うらないてい)です。

ツボの働き > お腹を温めて腸の過敏な運動をしずめます。

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