

# ツボから症状

## 臂臑 ひじゅ



動画で見る



### ツボの位置

肩先からヒジの曲がりジワ親指側へ向かってなで下がるとへこんでいて、押すと軽く痛みのあるところが臂臑(ひじゅ)です。

### 症状

腕があがらない

### 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	臂臑
経絡名	手の陽明大腸経 (ようめいだいちょうけい)
英略	LI14

### 由来

「臂」は腕、前腕。

「臑」は上腕の前面、又やわらかい肉の意味もある。

上肢の疾患に用いるツボ

