

ツボから症状

隠白 いんぱく



動画で見る



ツボの位置

足の親指のツメの生えぎわ内側の角が隠白(いんぱく)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	隠白
経絡名	足の太陰脾経 (あしのたいいんひけい)
英略	SP1
要穴	脾経の井木穴(せいもくけつ)

由来

「隠」は隠す蔵す、「白」は赤白肉際(皮膚の色が変わるところ)、足の母指で爪甲の角に隠れているところのツボから名づけされた。

