

# 症状からツボ

## 痔

動画で詳しく



### 孔最 こうさい



#### ツボの位置

ヒジの曲がりジワの親指側と手首をむすんだ線のヒジから1/3下がったところが孔最(こうさい)です。

動画で詳しく



### 承山 しょうざん



#### ツボの位置

つま先立ちをしてアキレス腱をふくらはぎの方へなで上げていくと、へこみがあります。そこが承山(しょうざん)です。

ツボの働き > 下半身にどこおる静脈の流れを促し、肛門のうっ血が緩和します。

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