

ツボから症状

期門 きもん



動画で見る



ツボの位置

みぞおちから肋骨へ指を移動し、肋骨と肋骨の間を押して痛みを感じる場所が期門(きもん)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	期門
経絡名	足の厥陰肝経 (けついんかんけい)
英略	LR14
要穴	肝の募穴(ぼけつ)

由来

「期」は待ちうける。「門」は出入り口。肝経の集まる場所。病邪の治療点として重要なツボ

