

ツボから症状

蠡溝 れいこう



動画で見る



ツボの位置

三陰交に薬指をおき指幅3本そろえて人さし指があたっているところから前よりの骨の上のくぼみが蠡溝(れいこう)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	蠡溝
経絡名	足の厥陰肝経 (けついんかんけい)
英略	LR5
要穴	肝経の絡穴(らくけつ)

由来

「蠡」はつつきあう木の芽を食べる虫のこと。「溝」はみぞ。肝経の経脈が集まる場所にあるツボ。

