

# ツボから症状

## 申脈 しんみやく



動画で見る



### ツボの位置

外くるぶし真下のくぼみが申脈(しんみやく)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	申脈
経絡名	足の太陽膀胱経 (たいようぼうこうけい)
英略	BL62
要穴	八脈交会穴 (はちみやくこうえけつ)

### 由来

「申」はまっすぐに伸ばす、「脈」は血脈を指すことにより名づけされた。

