

# ツボから症状

## 膝眼 しつがん



動画で見る



### ツボの位置

ひざのお皿のすぐ下にある左右のくぼみが膝眼(しつがん)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	膝眼
経絡名	足の厥陰肝経 (けついんかんけい)
英略	LR7

### 由来

ひざのお皿の下の両側のくぼみが子牛の眼のように見えるところから膝眼。

ひざの内側が内膝眼、外側が外膝眼と呼ばれます。

ひざの痛みをやわらげることでも知られています。

