

ツボから症状

照海 しょうかい



動画で見る



ツボの位置

内くるぶしの真下にあり、押すと痛みを感じるくぼみが照海(しょうかい)です。

症状

トイレが近い・耳が聞こえにくい・耳なり

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	照海
経絡名	足の少陰腎経 (しょういんじんけい)
英略	KI6
要穴	八脈交会穴 (はちみやくこうえけつ)

由来

「照」はてらす、あきらかとなるの意。

「海」はひろく集まる場所。照海は腎経の気が集まるツボ

