

ツボから症状

承山 しょうざん



動画で見る



ツボの位置

つま先立ちをしてアキレス腱をふくらはぎの方へなで上げていくと、へこみがあります。そこが承山(しょうざん)です。

症状

痔・足がだるい・こむらがり

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	承山
経絡名	足の太陽膀胱経 (たいようぼうこうけい)
英略	BL57

由来

「承」はたまわる、うけるの意。
「山」はここでは腓腹筋のもりあがりのこと。
全体重を支えている腓腹筋のすぐ下にあるツボ

