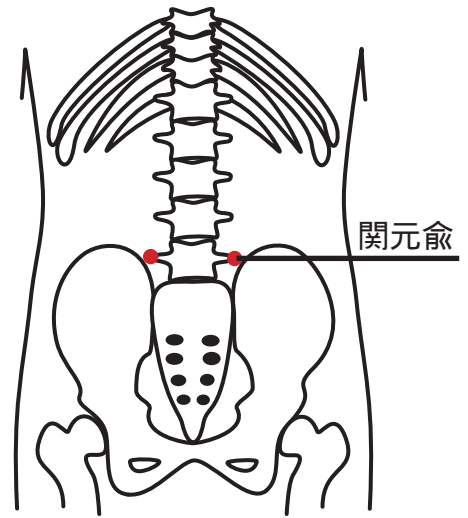
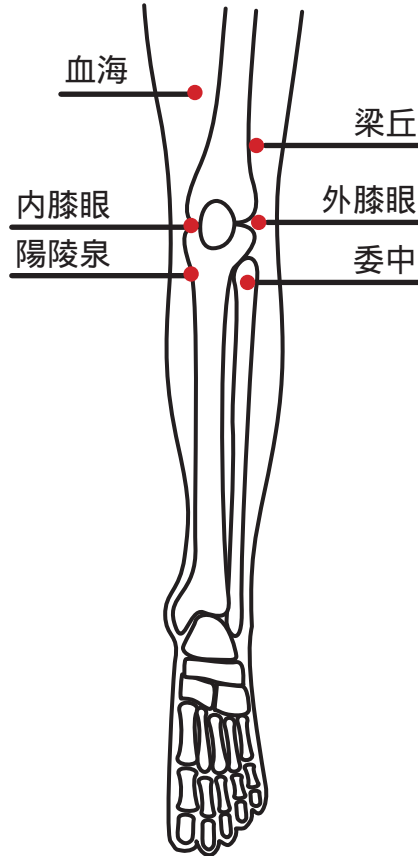
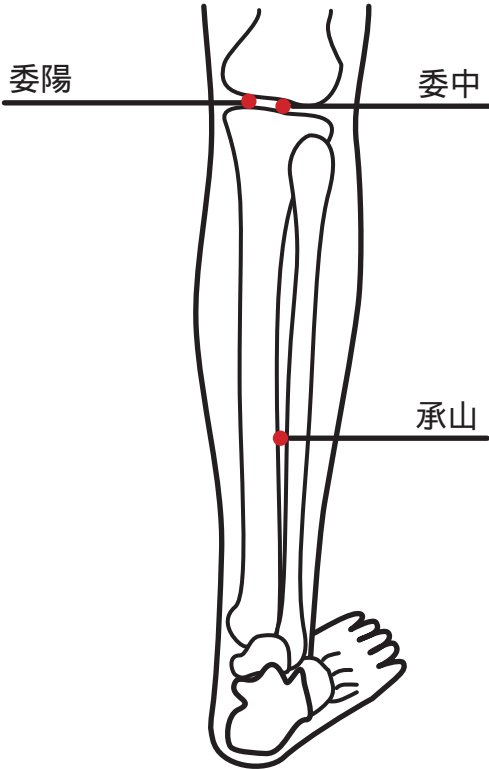
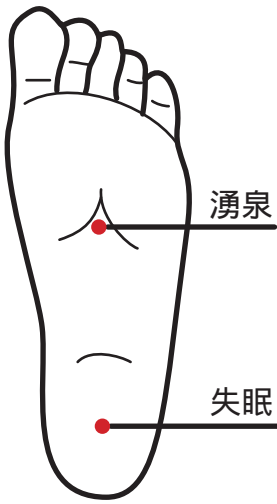


膝の痛みのツボ

陽陵泉（ようりょうせん）委中（いちゅう）委陽（いよう）
 承山（しょうざん）湧泉（ゆうせん）梁丘（りょうきゅう）
 血海（けっかい）失眠（しつみん）内膝眼（うちしつがん）
 外膝眼（そとしつがん）関元兪（かんげんゆ）
 三陰交（さんいんこう）



むくみのツボ

足のむくみ

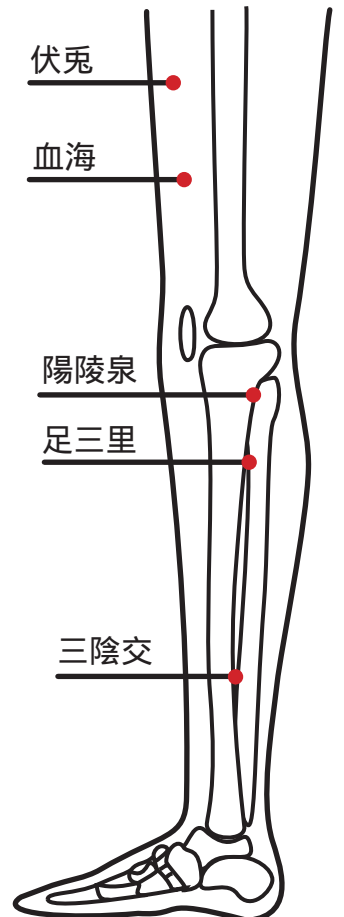
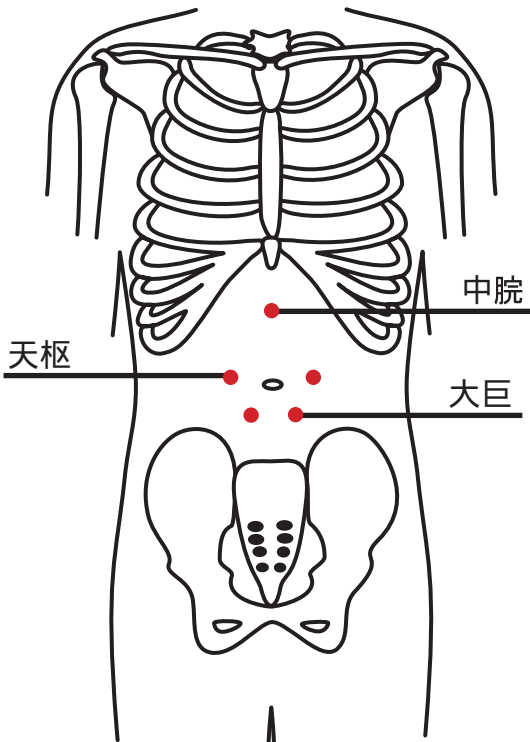
中脘（ちゅうかん）
 天枢（てんすう）
 大巨（だいこ）
 承山（しょうざん）

全身のむくみ

中脘（ちゅうかん）
 足三里（あしさんり）
 三陰交（さんいんこう）

むくみが激しいとき

伏兎（ふくと）
 血海（けっかい）
 陽陵泉（ようりょうせん）
 足三里（あしさんり）
 三陰交（さんいんこう）



委陽

委中

承山

血海

梁丘

内膝眼

外膝眼

陽陵泉

委中

関元兪

伏兎

血海

陽陵泉

足三里

三陰交

天枢

中脘

大巨