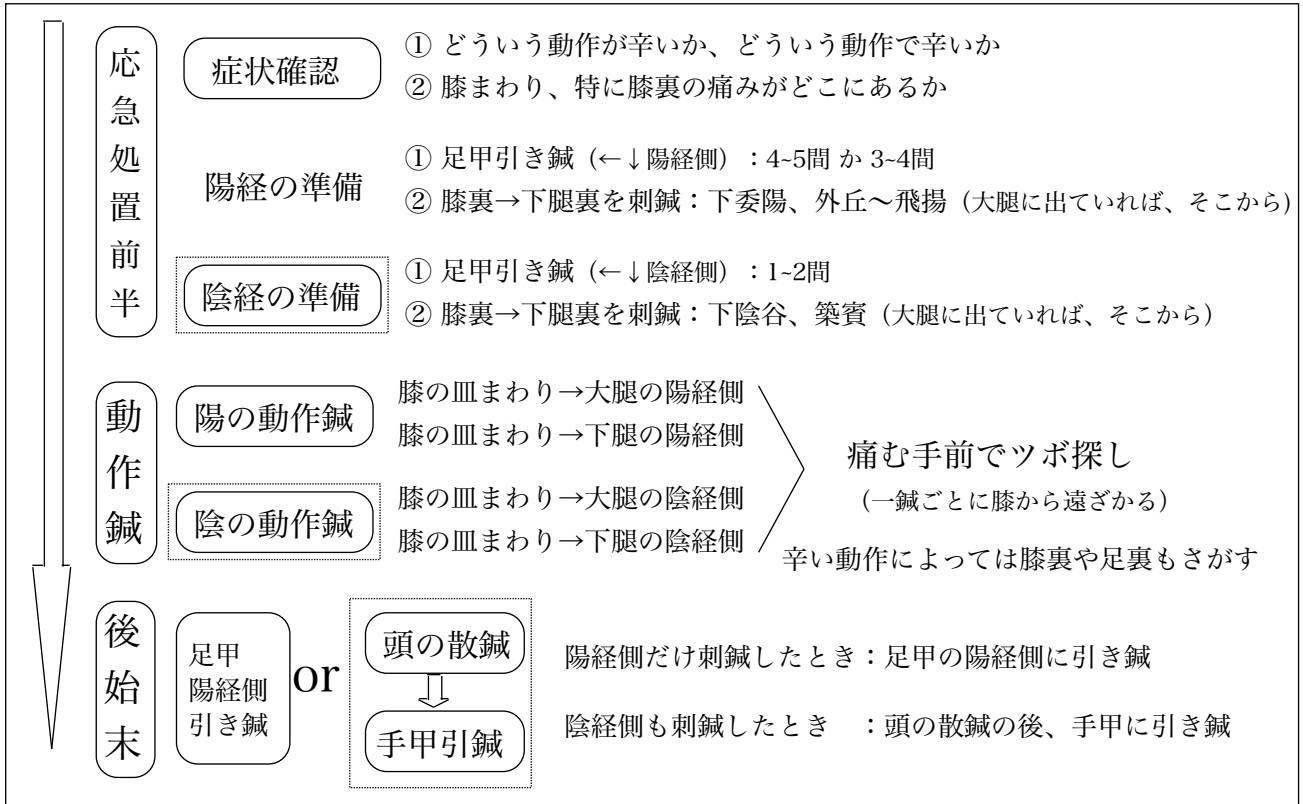


## [8] 膝の痛みには、まず膝裏～脹ら脛

### (1) 膝痛の応急処置・・・下半身の痛みの成れの果て、ぶり返しも多い



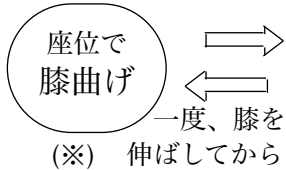
#### 膝の陽の動作鍼

痛い手前まで曲げると、大腿・下腿の陽経側に溝が見え、その中にツボが並ぶ

動作制限確認

痛む直前の姿勢のまま

制限か所: 膝の皿～陽経ライン上のへこみ



制限か所刺鍼  
大腿と下腿

膝の皿の外上方～大腿  
膝の皿の外下方～下腿  
一鍼ごとに膝関節から遠ざかる  
☆ツボの出るラインが斜めのこともある

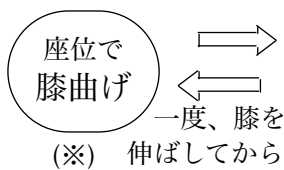
#### 膝の陰の動作鍼

痛い手前まで曲げると、大腿・下腿の陰経側に溝が見え、その中にツボが並ぶ

動作制限確認

痛む直前の姿勢のまま

制限か所: 膝の皿～陰経ライン上の凹み



制限か所刺鍼  
大腿と下腿

膝の皿の内上方～大腿  
膝の皿の内下方～下腿  
一鍼ごとに膝関節から遠ざかる  
☆ツボの出るラインが斜めのこともある

(※) 座位での症状確認がしにくいときには、仰向け寝や横向き寝、立位などで確認&刺鍼  
立位や階段昇降で症状が出るときには、曲げ具合とツボの場所を確認し、座位で刺鍼