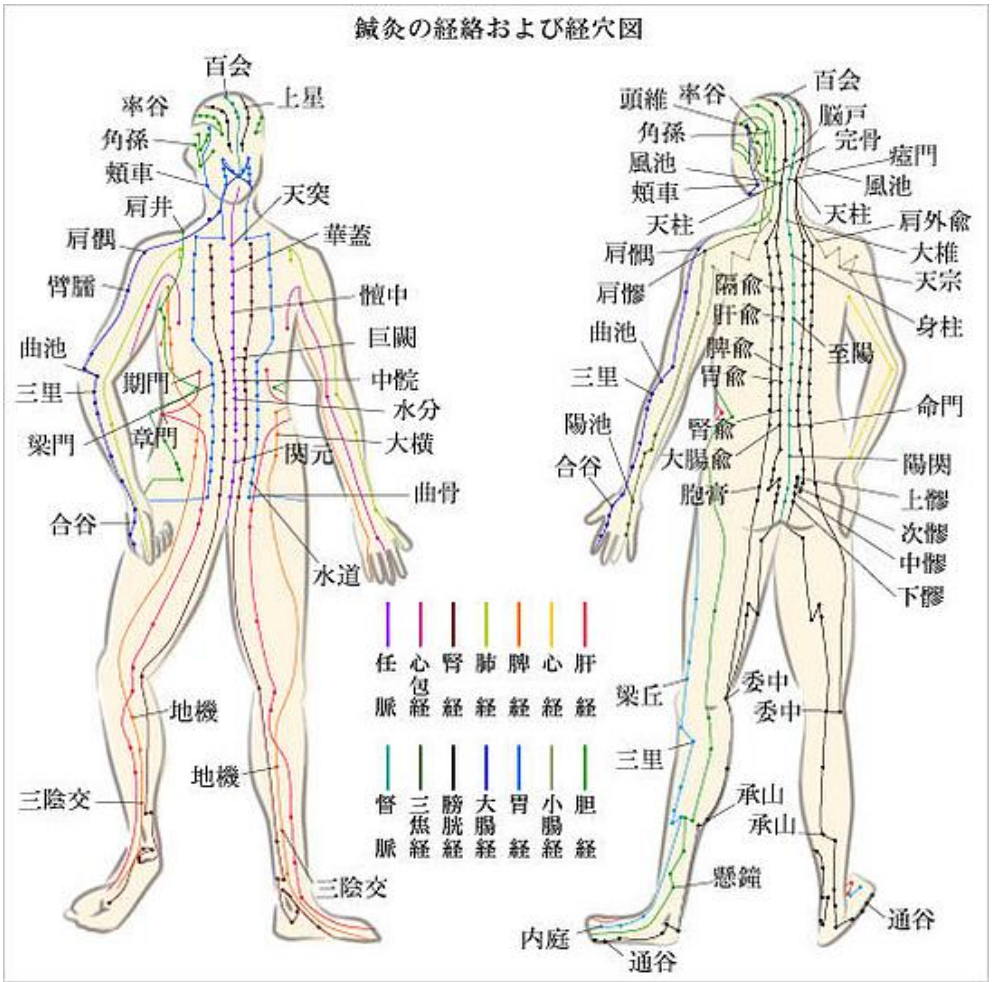
ツボとは？

　ツボとは専門的には経穴といいます。その数は３６０余りにものぼり、経穴は気血の集まるところです。また、気が出入りするところで、邪気が留まるところで、体の臓腑の不調があらわれるところでもあります。その反応点が治療点となります。つまり、経穴は臓腑・経絡の生理機能を増強させる体表の刺激点であり、また人体の病理的な変化を改善する体表の刺激点でもあるのです。反応する経穴に鍼や灸をすることで、①局所部位に対する治療②遠隔部位に対する治療③全身に対する治療がおこなえます。
　例えば合谷（親指と人差し指の間）穴は、①手の痛みやしびれを治療し、②上肢の疾患や頭痛を治療し、③全身性の発熱疾患の治療や気を補ったりすることができます。
　特に中医学では③の全身に対する経穴の効果が重要になります。エネルギー不足なら気を補うツボを取り、熱が身体の中にあるなら熱を取り去るツボを使い治療をおこなうので、体の様々な症状に対応することができるのです。また、鍼灸治療により体質改善を行うこともできるので、急性疾患だけではなく慢性疾患の治療にも効果があります。