



鍼灸について 初めての方はお読み下さい

一、治療時の服装

治療のしやすい衣服で御来院下さい。又は、着替えをお持ち下さい。ストッキング、きついで下着等はご遠慮下さい。

二、鍼灸鍼について

鍼は細いのであまり痛くありません。治療に用いる鍼は、直径が髪の毛ほどの細さですので注射針のような痛さはありません。

三、反応及び副作用について

治療後一時的に色々な症状が出てくる場合があります。これを漢方で瞑眩（めいげん）と言ひむしろ効果の現れる証拠とされていますから心配はありません。時が経てば必ず良い結果を期待できます。薬のような習慣性や副作用はありません。

四、治療効果と治療回数について

鍼灸治療の効果は日が浅い病気ほど速く治ります。一回の治療でピタリと軽減する事もしばしばございますが、慢性症状になりますと気長に続けなければ治りません。当院では、3〜4日に一回或は、一週間に一回程度をお勧め致します。

五、養生について
どんな治療法でも養生は必要です。再び病苦に悩まされないためにも次の事項をお守り下さい。

- 1、睡眠は十分にとること。
- 2、治療直後の入浴は厳禁すること。最低2時間空けてください。
- 3、食事は腹八分目の事。
- 4、アルコール類、脂肪分の高いもの、辛いもの、塩辛いもの、消化の悪い食品摂取はお控え下さい。
- 5、治療当日は軽い運動でもおやめください。
- 6、雑事に気を使い、精神を疲労させないこと。

六、その他

必要に応じて注意しますが、最も大切な事は、あなた自身が病気を治そうとする心構えです。鍼灸治療は病気ばかりではなく体質を改善し、病気にかかりやすい素因をのぞいてくれます。定期的な治療をすることにより、疾病を予防し体力の向上をはかり、健康管理の医術としての真価を発揮します。