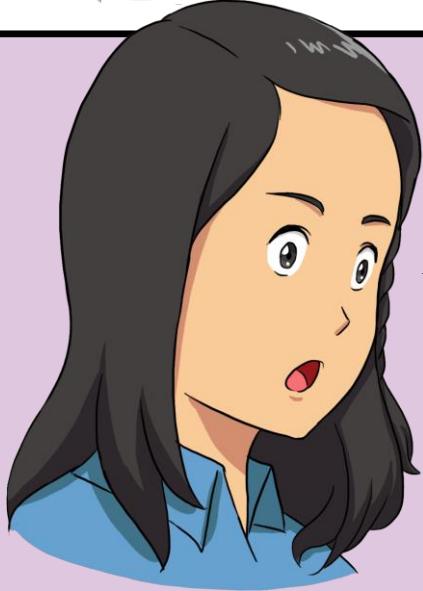




鍼灸の疑問 第1話

皆様の疑問に
お答えします



鍼灸をした後
どうすればいいの？



カラダをゆっ
くり休めて



僕、すぐに運
動したら次の
日だるかった



鍼灸は、血流をよく
して治すんだ。1時
間運動したのと同じ
効果があるよ。



鍼灸をしたあとは、水分をマメにとってゆっくり
過ごす必要があります。

個人差がありますが次の日まで血流が増え、
寝起きのようなこちよい疲れが次の日まで
残ることがあります。1日たつとほとんどの方が
以前よりもすっきりします。