

いまや国民病となった花粉症。

症状のタイプもいろいろで、眼がつかなくなる方、鼻炎がひどくなる方、両方つかなくなるタイプの方も多いと思います。

症状に合わせた治療が大切です。と、同時に、花粉症は免疫異常によるアレルギーですから体質改善も重要です。



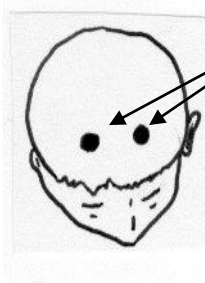
ひとりひとりの症状と体質に合わせ、きめこまかく治療できる鍼灸も有効な治療手段です。

当治療室ではハリや灸が苦手の方や、お子さんも安心の、**微弱電流を使った無痛治療**も行っていますので、ご相談ください。

<花粉症対策のツボ>

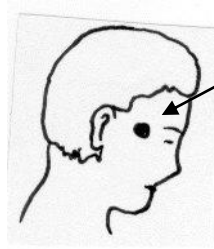
眼のかゆみ

- ①目窓（もくそう）



目窓
瞳孔の中心から、まっすぐ頭部に伸ばし、髪の毛の生え際から約3cm
※左右で2カ所あり

②太陽（たいよう）

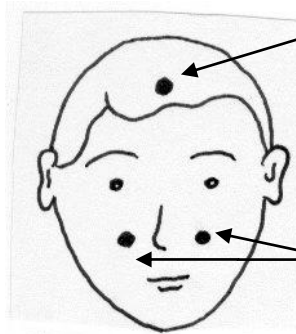


太陽

いわゆるコメカミ部分で目尻と眉毛の延長線が交わる場所
※左右で2カ所あり

鼻みず、鼻づまり

①上星（じょうせい）



上星

鼻の中心線を上に上げていき、髪の生え際から上に2～3cmのところ

②巨髎（こりょう）

巨髎

鼻孔の高さで2cm位横のところ
※左右で2カ所あり

ツボを指圧してもよいですし、手作りのハリで刺激を与える方法もあります。

手作りのハリの作り方

つまようじ10本位を輪ゴムでしっかりと束ねます。

やり方



ようじの先でチクチクと。弱い刺激で行いたい方は平たい面で押してください。

ほんのりと赤みが出るくらいまで行います。初めは軽めに、慣れるにしたがって強さや時間を増やすと良いでしょう。