

## あるある目安

下記状態の時はご来院下さい。

### ■ 腰痛

- せき、くしゃみをして腰に響く。
- 洗面時等中腰の姿勢が辛い。
- おしり、太もも、ふくらはぎに痛み、シビレ、違和感がある。
- 最近ふくらはぎがつりやすい。
- 上体がななめにゆがんでいる。
- 朝起きた時に痛い、辛い。伸ばしにくい。
- 少し歩くと腰がつかけて立ち止まる。
- ギックリ腰になりそうな気配がする。

### ■ 肩こり、頭痛

- 手に痛み、シビレ、違和感がある。
- せき、くしゃみをして首に響く。
- それ程の年齢でもないのに耳なりがする。
- 眼精疲労がひどい。
- 頭痛がひどく、はきけがする。
- 当院で購入した枕が最近硬く感じる。

### < 放置すると >

- 椎間板ヘルニア等重症となり最悪の場合手術が必要な場合にもなりかねません。
- 肩こりと高血圧が併発の場合脳内の血管がプツンする確立が高いそうです。ご注意下さい。
- 症状が慢性化し、軟部組織が変性し、直りにくい体になります。
- 正常な骨にまでゆがみが広がり、症状を拡大します。

あなたやあなたの周りで上記の症状の方がみえましたら、

“あるある目安”です。

無理せず施療に起こし下さい。

上記の症状になる前に、

健康（無自覚）な方でも美容院に行く感覚で、

おおよそ1ヶ月に一度程度は

点検&調整に起こし下さい。



## あるある健康カイロ

ゆがみをとることでお役に立ちたい！

皆様の生涯のよきパートナーになれるようサポートさせていただきます。