

コンピュータ・ワープロの 疲労とハリ・灸治療

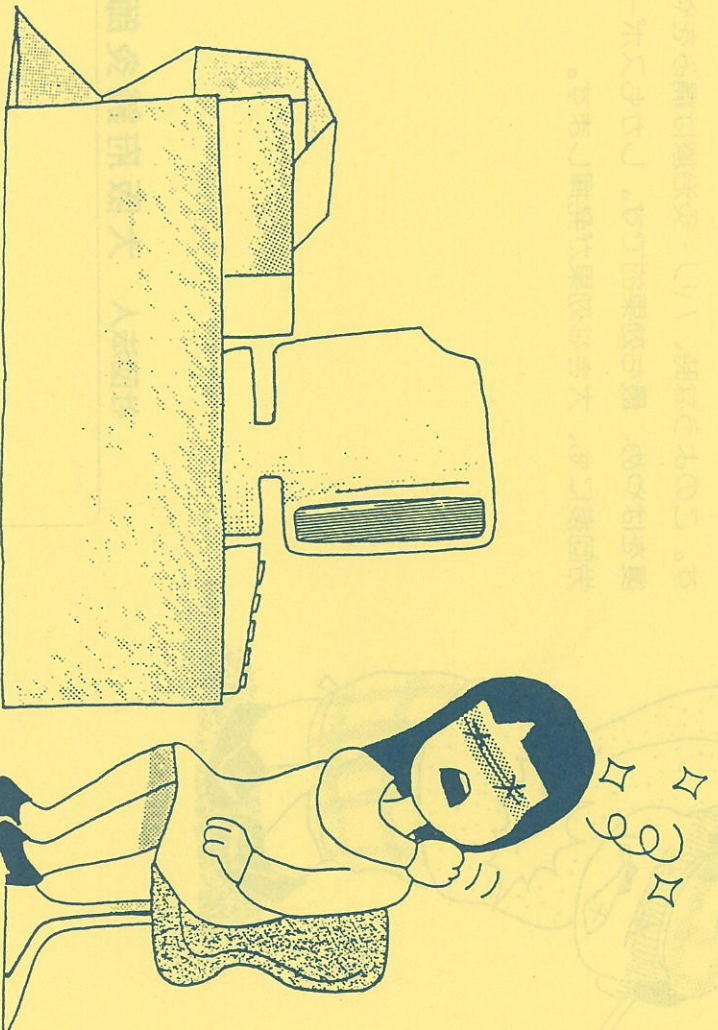
最近は一プロ・コンピュータなどのOA機器の無い職場は見あたらない程ですが、これに関係する人々の多くが、

目がつかれる ナミタ目 肩・くびのこり

頭が重い 背中・腕が痛い はきけがする

などの不快な症状を訴えています。これらの原因は、仕事で発生する、ストレス、緊張感、疲労が、知らず知らずの内に血液の流れを悪くしたり、体の筋肉の緊張を高めたり、自律神経を乱したりして発生するものが大部分と考えられています。

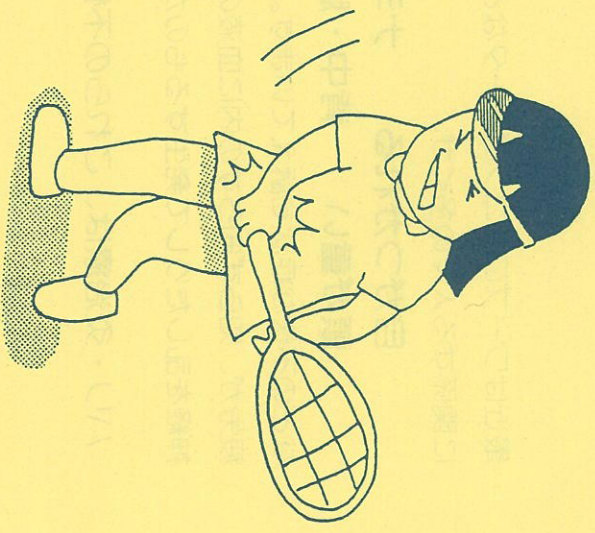
ハリ・灸治療は、これらの不快な症状の改善に、大きな効果をあらわします。



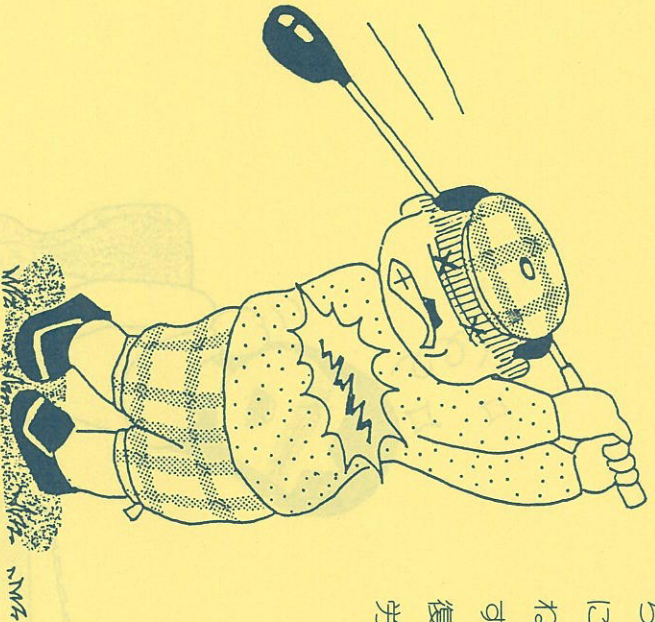
スポーツ障害とハリ・灸治療

プロ、アマチュアを問わず、スポーツ選手がハリ・灸治療を受けていることは、広く知られています。

テニスヒジ、ゴルフによる腰痛、腱鞘炎(けんしやうえん)、肉ばなれ など スポーツ障害には、ハリ・灸治療が大いに活躍しています。



近年、一般のスポーツ人口が増え続けるにともない、まちがった練習法や、日頃の運動不足にもかかわらず、急にムリな運動をする結果、筋肉痛を起したり、関節痛、ねんざをする、などのスポーツ障害がよく見つけられます。このような時、ハリ・灸治療は痛みをやわらげ、回復をはやめ、最も効果的です。しかもスポーツの後の疲労回復にも、大きな効果が発揮します。



社団法人 大阪府鍼灸師会