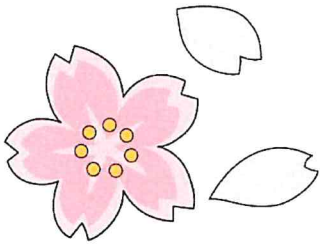


ぽーと鍼灸通信

令和7年 4・5月号



鍼灸は **医療保険** 適用です

※医師の同意が必要です

教えて、鍼灸!第12回



今回のツボ: 関衝(カンショウ)・足竅陰(アシキョウイン)

季節の変わり目は免疫力が低下しやすく、帯状疱疹が発症しやすいです。

栄養・睡眠・運動が大切ですが、もし、ピリピリした痛みや赤いポツポツが片方側だけ帯状にできている場合は早期受診と併用に鍼灸治療で痛みが軽減し、早く治すことが期待できます。

手と足の薬指外側の爪の生え際を指でギュギュッと40回くらい刺激してみてください。

わからないことや聞きたいことがあれば、いつでもぽーと鍼灸院へお問い合わせください。



医療証をお持ちの方は
医療控除を受けること
ができます

介護保険枠いっぱいの方、ぜひご相談ください

鍼灸よもやま話

手と足の指の爪の生え際にあるツボのことを「井穴(せいけつ)」と言います。

全身の経絡(気の流れ)のスタートまたはゴール地点で、経絡のバランスを整え、様々な症状を改善する効果があると言われています。テレビを観てる時、お風呂タイムなどを利用して簡単にできるので指先をもんだりしてみてくださいね。

株式会社 アクセス H.L

ぽーと鍼灸院

☎ 070-1797-0300

