

## ☆ 施術ペースの目安（症状別）

### A) 【ぎっくり腰】や【寝違い】など急に強い症状が出た場合



初回の施術で大幅に改善されることが多いですが、2回もしくは3回のトリートメントを心掛けて下さい。数月後に再び強い症状が出る方の大半が1回だけのトリートメントで終わってしまっています。

### B) 【慢性痛（腰痛、肩こり、膝痛、頭痛）】の場合

始めの3回くらいは、週に1回、それ以降は2週間に1回または3週間に1回のトリートメントをオススメします。（季節や日常動作の強度によっては、1か月～1か月半開けることもあります。）



通常はトリートメントを行う度に階段状に良くなりますが、慢性痛の背景には「**日常に行う動作（生活習慣、仕事、運動）**」がため、良くなっても数日～数週間でまた辛くなってしまうことがほとんどです。予防として【**スタビライゼーション（体幹トレーニング）の指導**】や【**日常動作の見直し**】も行いますので、お気軽にご相談下さい。

### C) 【自律神経症状が出ている】の場合



自律神経症状が出ている方はコリ（興奮している部位）が多く、それらが全身の『交感神経優位』の状態を作っています。自律神経症状の変化が現れるまでは、1週間～10日のペースでトリートメントを行い、以降は3週間～4週間に1回のトリートメントをオススメします。

### D) 【座骨神経痛】のような関連痛が出ている場合



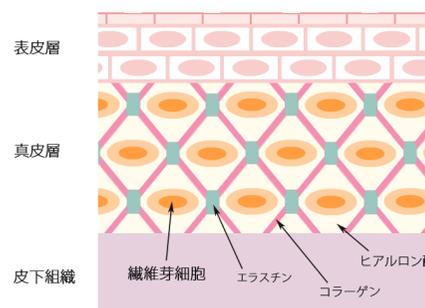
初回を含めて5回は週に1回のペースでトリートメントを行い、少しずつ間隔を空けていくことをオススメします。症状が出てきてから間もない方の場合は、2、3回のトリートメントで解消する場合がありますが、深部の筋膜が原因のことが多いので時間がかかると考えて下さい。

### E) 【四十肩・五十肩】の場合

症状を大きく分けると2パターンあります。（頭の後ろに手が挙らない、身体の後ろへ手が回らない）どちらも肩甲骨周りの筋膜が原因で痛みを出しています。症状の変化が分かるまで2、3、回はかかることが多く、変化が分かりはじめてからは急に良くなるケースがほとんどです。治療開始からの数回は週に1回のトリートメントを心掛けて下さい。



## ☆ BEAUTY MENU



美容鍼は、肌にミクロの傷を付けることで、「**繊維芽細胞**」と言うコラーゲンやエラスチンのもととなる細胞を活性化します。この作用により、加齢や紫外線が原因で乱れてしまった【**ターンオーバー**】を正常化して、お肌のコンディションを整えていくトリートメントです。1回のトリートメントでも変化を実感できますが、1週間～10日に一度のペースで3、4回は継続することをオススメします。（ターンオーバーは通常28日で行われているため）その後は、月に1回で継続されている方がほとんどです。