



鍼について 初めての方はお読み下さい

一、治療時の服装

治療のしやすい衣服で御来院下さい。又は、着替えをお持ち下さい。ストッキン
グ、きつい下着等はご遠慮下さい。

二、鍼灸鍼について

鍼は細いのであまり痛くありません。治療に用いる鍼は、直径が髪の毛ほどの
細さですので注射針のような痛さはありません。

三、反応及び副作用について

治療後一時的に色々な症状が出てくることがあります。これを漢方で瞑眩（め
いげん）といむしろ効果の現れる証拠とされていますから心配はあります
。時が経てば必ず良い結果を期待できます。薬のような習慣性や副作用はあ
りません。

四、治療効果と治療回数について

鍼灸治療の効果は日が浅い病気ほど速く治ります。一回の治療でピタリと軽減
する事もしばしばございますが、慢性症状になりますと気長に続けなければ治
りません。当院では、3～4日に一回或は、一週間に一回程度をお勧め致します。

五、養生について

どんな治療法でも養生は必要です。再び病苦に悩まされないためにも次の事項
をお守り下さい。

- 1、睡眠は十分にとること。
- 2、治療直後の入浴は厳禁すること。最低2時間空けてください。
- 3、食事は腹八分目のこと。
- 4、アルコール類、脂肪分の高いもの、辛いもの、塩辛いもの、消化の悪い食品摂取
はお控え下さい。
- 5、治療当日は軽い運動でもおやめください。
- 6、雑事に気を使い、精神を疲労させないこと。

六、その他

必要に応じて注意しますが、最も大切な事は、あなた自身が病気を治そうとする
心構えです。鍼灸治療は病気ばかりではなく体質を改善し、病気にかかりやすい
素因をのぞいてくれます。定期的な治療をすることにより、疾病を予防し体力の
向上をはかり、健康管理の医術としての真価を発揮します。