

鍼による効果とは？

皆さん『鍼』と聞いて何を思い浮かべますか？痛そう、不安がある、効果が眉唾もの…そんなイメージの方も多いかもしれません。実は鍼施術は二千年以上の歴史があり、あおばで人気施術であるトリガーポイント指圧は鍼施術をヒントに考案されています。今回はそんな『鍼』についてお話いたします。

古代から医療を支えてきた『鍼』

鍼施術は、約二千数百年前より中国で発展してきたとされています。日本へは、七世紀の飛鳥時代に遣唐使により伝来されました。1970年代に入り、中国の鍼麻酔が注目されるようになったことで、臨床実験が始められました。科学的に鍼の効果が徐々に解明され、今では西洋医学からも積極的にアプローチされています。現在では鍼施術は中国や日本だけでなく、世界各国で行われています。

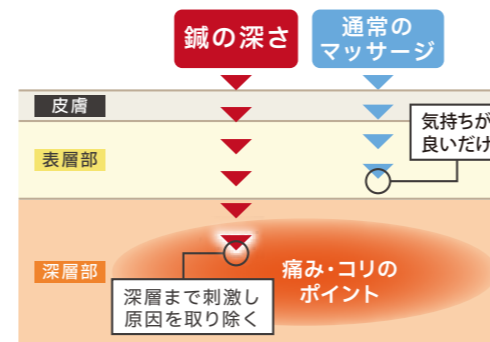
日本式の鍼は髪
の毛程の細さであり、
身体を傷つけません。



トリガー鍼 上半身 or 下半身 3,300円~

肩こり 腰痛 関節痛 膝痛

あおばの鍼の基礎となるのがトリガー鍼です。トリガーとは「トリガーポイント」の略で、筋肉の深層にある痛みの原因となっている部分です。筋肉が凝り固まっていると、指圧では深層筋まで刺激することが難しい場合があります、そういった際に鍼は非常に有効です。そのため、**トリガー鍼は筋肉の頑固なコリやハリ等のお悩みに特化した種類**となります。



筋肉

鍼のウソ・ホント 鍼の後はダルくなる？

鍼の後、ダルくなる・火照る・発汗などの症状が起こることを聞いたことはありませんか？

これは**好転反応**や**瞑眩**（めんげん）と呼ばれる反応のことで、施術の過程で**身体が改善に向かう途中に起こる身体反応**です。鍼により筋肉が緩んだり、血流が良くなることで起こります。**正常な身体反応**なので安心してください！



自律神経

体質改善鍼 \お試し価格あり!/ 詳細はスタッフへ!

不眠 胃腸不良 疲れ ダルさ

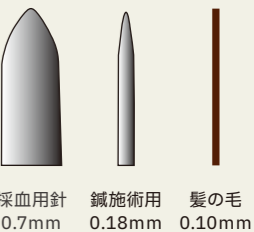
体質改善鍼は、**身体を自律神経から整えることを目的とする鍼**です。イライラ・不安など気分のむら、ダルさ、眠れない、浮腫みやすさ等、**不定愁訴や更年期障害**などの身体の様々な不調の改善に有効な鍼の種類です。

鍼でツボを鍼で刺激することで、自己回復力を促すとされています。



鍼のウソ・ホント 鍼は痛くないの？

鍼といっても様々な種類がありますが、日本で主流の種類は**髪の毛と同等の太さの鍼**です。そのため殆どの方は**痛みを感じずに施術を受けられます**。（ただし、痛みの感じ方は個人差があり、稀に痛みを感じる方もいます）鍼は極細のため、筋肉の深層に刺しても身体を傷めることなく改善に導けるのです！



鍼の魅力は、**身体の奥底のコリや疲れにアプローチでき、正常な状態に導くこと**です。鍼施術が気になる方は、是非お気軽にスタッフにご相談ください！

美容

美容鍼 \お試し価格あり!/ 詳細はスタッフへ!

肌の代謝 顎関節症 頭痛 眼精疲労

鍼の中でも**美容を目的としたものが美容鍼**です。顔に鍼を行うことで、皮膚の代謝（ターンオーバー）や血流の促進、また固まってしまった筋肉の弛緩など、様々なお肌のトラブルの改善を促します。なお**頭頸部の筋肉へアプローチ**するため、美容の他にも**頭痛や顎関節症、眼精疲労**など、**顔周りのお悩みの改善にもオススメです**。



鍼のお客様のお声!



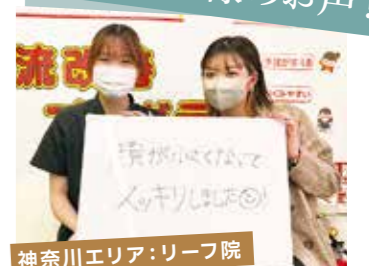
神奈川エリア:戸塚院

仕事をもう少し続けたいので、メンテナンスの意味でも通院中です。私には鍼が合っているようで、施術後は身体が軽くなります！



神奈川エリア:湘南マザーズ院

首肩こり、腰痛、足のむくみ、こむら返り等の症状がありましたが、施術後はいつも全身軽くなります！



神奈川エリア:リーフ院

頭痛や目の疲れがあり、美容鍼を行いました。頭の重さがなくなり、目の開きが大きくなりました！