

天華通信

熊本県玉名郡長洲町長洲 2168-55 (長洲港有明フェリー横)
tel : 0968-78-1122 hp : http://www.tennka.com

第11刊

8/5発行

お知らせ

- ◇ 受付時間が変わりました 10:00~21:30
- ◇ メンテナンスの為 8/30・31 休み

健康の干恵袋・・・今月のテーマ “婦人科の悩みⅠ”

「婦人科の悩み」は 下腹部を温めて解決！

大半の女性のお腹は、へそより上と下では体温が全然違う。下腹部が格段に冷えているのである。

冷えたところは血行が悪いことを意味し、病気が起こりやすい。なぜなら、血液は栄養、酸素、水、白血球、免疫物質をかかえて全身を回っているのだから、血行が悪いところは、つまり、必要な血液が行き渡っていない場所ということになるからだ。

へそより下の下腹部に子宮、卵巣が存在するので、このように下腹部が冷えている女性は、子宮筋腫（硬くなる病気＝冷え）や卵巣のう腫（しょう液という水分の貯溜）・子宮や卵巣のガン（ガンも冷えの病気）が起こりやすいのである。

下腹部（下半身）が冷えると、そこに存在していた血や熱は上昇していき、のぼせ、息苦しさ、肩こり、吐き気、セキ、発汗、イライラ、不安、不眠などの「下から上へ突きあがってくる症状」のオンパレードになる。

これが更年期障害というものだ。

参考:『体を温める』と病気は必ず治る』石原結實著

来月号でこの対策法も載せていきます。早く知りたい方は、『体を温める』と病気は必ず治る』のP202をご覧ください。

何年も不妊治療をしてきた娘が、岩盤浴に入りだして数回で妊娠しました！ありがとうございます!!

岩盤浴に入った日の夜は、ぐっすり眠れます zzz

☆8月リンパマッサージ営業日☆

■は12:00~ ○は17:00~ 営業

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	⑩	⑪
⑬	14	15	16	17	18	⑱
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

店長コメント：

梅雨があげ、一気に夏モード突入ですね！

でも、会社ではクーラーがガンガン効いていて冬場よりお肌が乾燥したり、体が冷え肩こり・頭痛が起こりやすくなっています。

楽しい夏を満喫するため、万全の体調を維持して欲しいですね！