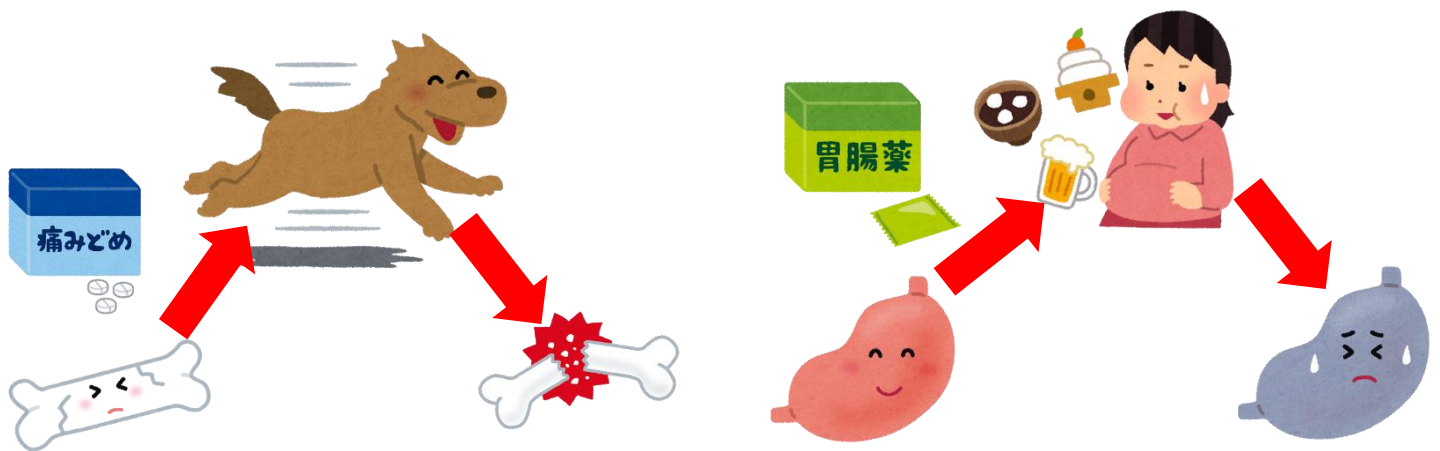


③ 痛みについて（痛みは大切・自然な現象）

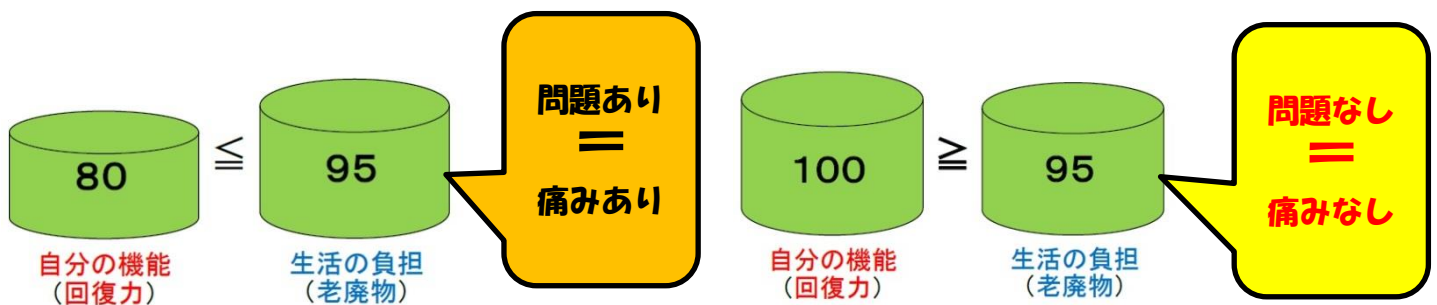


痛みは悪者と思われがちですが、実は身体の正しい状態を教えてくれるとっても大切な・自然な現象なのです。



※決して薬を否定するものではなく、無理をさせる事の害を表しています

例えば、骨折をして痛みを止めてしまったら骨は更に悪い状態になります。消化出来なくなってお腹に痛みを出している時に、痛みを止めてしまったらよけいに悪い状態を招いてしまいます。痛みは、「今身体に問題が起きてますよ〜」と教えてくれるとても重要なサインです。



痛みが一時的に落ち着いたとしてもまたすぐに戻ってしまう場合は、まだ身体の問題が解決されていない状態です。治療を継続的に行って問題が解決した際は、治療に頼らなくても痛みが起きない身体になります。（※そのような状態まで上がったとしても生活による負担が大きすぎる場合は、痛みを出すのが正常です。自分の筋力以上に重い物を持つと痛みを出す、等）



健康に関して何でも診療中にお気軽にお聞き下さい。色々とお伝えしたいと思っています。スタッフ一同