



いくつあてはまりますか？

- 1:首・肩こいがある
- 2:痛い場所を温めると楽になる
- 3:締め付けられる痛みがある
- 4:頭の両側または頭全体、後頭部に痛みが出る
- 5:長時間のデスクワークで出てくる
- 6:睡眠時の歯ぎしり言われたことがある
- 7:おでこ・眉間にシワがある
- 8:口に指三本が縦に入らない
- 9:前ぶれなく突然起きる
- 10:運動をほとんどやってない

3つ以上当てはまる方

緊張型頭痛

かも

緊張型頭痛ケア

原因として、姿勢や奥歯の強い噛みしめにより筋が緊張し、
頭頂部や側頭部に痛みとして現れます。

頭痛の原因である、緊張部を緩めてあげることで
緊張型頭痛の痛みを和らげます。

その他、首・肩こり等々の改善も期待できます。

緊張型頭痛ケア 30分 3240円

SAVAS 鍼灸整骨院 川崎院