

# 矯正板マット使用体験談

匿名

- ② 症状: 肩こり・腰痛・椎間板ヘルニア・心臓病・胃腸疾患・神経痛  
冷性・便秘・不眠症・耳なり・糖尿病・頭痛・生理痛・貧血  
ムチウチ症・リウマチ・高血圧・低血圧・内臓疾患・骨粗鬆症  
側わん症・その他( )

- ③ 以前の生活環境(寝具):  
枕: 低反発・そばがら・枕無し・その他( )  
布団: 低反発マット・柔かめのベッド・硬めのベッド・柔かめの布団  
硬めの布団・その他( )

## ④ 使用後の感想

1週間目:  
マットのぼこぼこに少し違和感がありましたが、  
すぐに慣れました。

2週間目:  
寝付きと目覚めが良くなりました。

1ヶ月目:  
肩こりを感じにくくなりました。

2か月目:  
この併用で自分で運動できるよになり  
ひどい痛みを感じることはなくなりました。

現在:  
初めは毎週じゅうべいにお世きまになつてましたが、  
今は2週~3週に1度でもイ本がもようになりました。

以上、ご協力ありがとうございました。