

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
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(中央がくぼんでいるタイプ)
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: 痛くてなかなか寝付けず。
下に1枚薄手のマットを敷いて、ようやく寝ていました。



2週間目: 少し慣れてきて、若干寝付きがよくなりました。



1ヶ月目: 下に敷いていたマットをはずして寝られる
ようになり、以前に比べて寝起きがよくなりました。
この頃から、寝返りが増えました。



2か月目: 寝起きの倦怠感が随分解消されて、
楽になりました。



現在: 寝付き・寝起きがよくなり、以前のように
1日中グッタリ... ということがなくなりました!

以上、ご協力ありがとうございました。

