

# 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 羽毛マット )  
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: おれ 体調に変化は感じなかった。  
腰痛も痛めがおさまらな、痛めが目が覚めいた。  
体位変換が痛めであった。

2週間目: 以前よりも睡眠時間<sup>新</sup>が長くなった。  
(以前は3~4時間で痛めが目が覚めいた)  
おれ 腰痛は感じない。

1ヶ月目: 睡眠時の腰痛が若干改善した。  
おれ 以前よりも痛めが徐々に長時間  
おさまった。(5~60時間)

2か月目: 時々痛めを感じるが、痛めで  
目が覚めることがなくなった。体位変換が  
おれ 行な

現在: こ

以上、ご協力ありがとうございました。