

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(ビーズ)
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: なかなか寝つけなかったが、仰向けで寝るように意識するようになった。



2週間目: 仰向けで寝れるようになり、肩の調子が良い気がした。腰痛も以前より気にならなくなった。



1ヶ月目: ~~寝る時~~腰痛が気にならなくなったような気がする。起きた時など。



2か月目:



現在:

以上、ご協力ありがとうございました。