

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: 硬い為か、上を向いて寝る事が苦痛になり、結局この間にか横向きになって眠っている。

2週間目: 石炭、遠赤外線の効果か、血行が良くなり体が温まり、10時後半たかに毛布は使用せず心地良い眠りに移行。

1ヶ月目: 慣れては来Tように思う。健康に過剰な睡眠の質の大切さにも気が付け、寝る時は「おやすみ」。

2か月目:

現在:

以上、ご協力ありがとうございました。