

眼精疲労

患者様情報

来院されるまでの症状

- ・お仕事はデスクワークで、毎日パソコンを前に仕事をされています。
- ・背が高く、職場の椅子とデスクの高さが合わないために、姿勢も崩れがちということでした。
- ・また、見えづらいのが原因で目を細めてしまう癖があり、眼の使い過ぎで時々頭痛もおこるという症状で来院なさいました。

患 者 様	20 代 男性
初 診	2015 年 10 月
既 往 症	偏頭痛
他 の 症 状	肩こり、腰痛

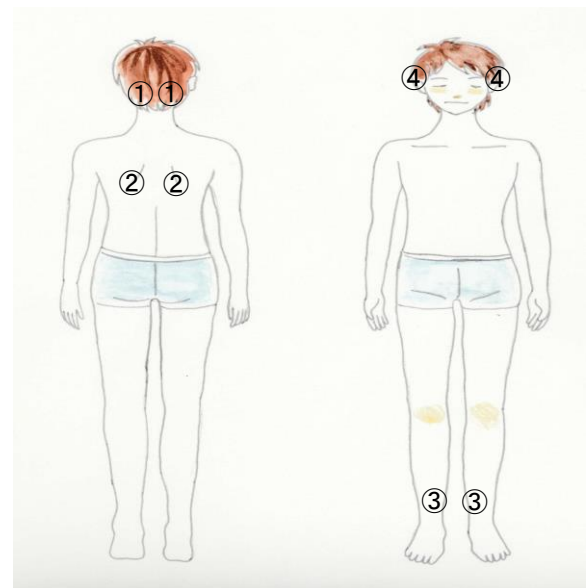
四診と経過

■ 診療（診断と施術）

- ・日々のパソコン業務により目を酷使していることと、体に合わないデスクを使用していることにより慢性の眼精疲労と頭痛が起きている様子でした。
- ・足が冷えていることから、体の過度の緊張が原因で上下の循環に偏りが生じ症状が起きていると判断し、このアンバランスを整える方針を立て、施術に望みました。

■ 初診後の経過

- ・受診を定期的に継続していただきました。
- ・3回目の施術以降は、眼精疲労も軽減され、頭痛も起こりにくくなりました。



使用した主要なツボ

- ①天柱(テンチュウ) ②膏肓(コウコウ)
③三陰交(サンインコウ) ④瞳子膠(ドウジリョウ)

■ ひとこと添えさせていただきます

- ・現代の情報社会において、慢性の眼精疲労、首肩こり、頭痛を訴える患者さんは増え続けています。
- ・このような、一見なんでもないと思われがちな症状が、脳血管障害などの重篤な疾患につながる第一歩ともいえます。
- ・仕事の内容や量を調整することは現実的に難しいと思いますので、月2回ほどの定期的な鍼灸施術を通して、仕事等で酷使した身体の調整をすることをお勧めします。
- ・“これくらい大丈夫”と過信せず、こまめに身体を整えていくことが“未病”につながります。