

初めて治療を受けられる方へのご案内（アフターケア）

本日は、私の治療をご利用いただきありがとうございます。初めての方、もしくはこれから治療を受けられようとしている方への治療のアフターケア及びご案内をいたします。

治療について

桜井は日本の鍼灸師国家資格取得（1990年）者です。どうぞご安心して治療をお受けください。治療法については、鍼治療、灸治療、脊椎骨盤矯正治療、リハビリテクニックなどを症状に応じて使い分けております。桜井方式のオリジナルな治療パターンが出来上がっています。西洋医学的整形外科的治療にも精通した経験と知識がありますので、椎間板ヘルニアや脳血管疾患など（いわゆる、緊急事態の症状）についても検査の必要な範囲かどうかのアドバイスをいたします。不安なことは、遠慮なくお尋ね下さい。

治療時間について

症状によってどのような治療が必要なのかを選ばなければいけません。また患者さんがリラックスして治療が受けることができるよう、最大限の配慮をいたします。対しての恐怖や不快を最小限にとどめる努力をいたします。初診時は症状の鑑別を行わなければならないので2セッションの治療になります。また2回目以降はその治療経過により治療時間を長く、もしくは短くすることになると思います。

- 痛みの場合 -

症状、程度にもよります。ギックリ腰のでも炎症が強い場合は局所のマッサージは出来ません。鍼治療と骨盤調整を行い炎症が引くまで毎日続けることをお勧めします。炎症の軽いもの、間接の軽度の歪みによるものでしたら1回の治療で腰を真っ直ぐにすることが出来

筋肉の血行不良がある場合は血行改善の治療をませ、週に1回もしくは2週間に1回程度のペースで十分に体質改善につなげます。症状の改善が済んでも月に1回もしくは3ヶ月に1回程度のフォローアップの治療をお勧めします。

- 凝り、張り、引き攣れの場合 -

これらの症状に関してはその症状が、筋肉の問題か、関節の問題か、神経の問題か、自律神経の問題か、心理的な問題かを、見極めなくてはなりません。治療をたくさんやったからといって効果があがるわけではありません。当治療は診察と評価を行い、局所の痛みを緩和すると同時に痛みを起こしている根本的成因や障害されやすい体質的弱点も矯正できます。治療終了時に今後の経過をお知らせします。頸椎、骨盤調整を中心に凝りの強いと感じる場合は長め治療をお勧めします。

反応及び副作用について

治療後一時的にいろいろな症状が出てくる場合があります。これを漢方でいう「メングエン」といってむしろ効果の現れる証拠とされていますからご心配はありません。時間の経過とともに必ず良い結果を期待できます。症状によりますが、特に炎症性疾患が隠れている場合や、長く慢性症状を持っていた場合は治療後24～48時間の間は揉み返しによる、だるさや、つらさ、痛みが強くなる場合があります。特に、長期間薬を服用されていた方にはリバウンドが大きくなる傾向があります。体質が変化しようとする時はまるで鉄の錆を落とした時のドロドロがでるように、お小便の色が変化したり、いつもと違う様子になって現れます。

*置き針（円皮鍼、皮内鍼）については、痒みやチクチク感が、つらかったり、不快だったりしたら、すぐに外してください。ゴシゴシ洗わなければ入浴しても大丈夫です。通常2～3日したらはずして捨ててください。

治療効果と治療回数について

治療の効果は発病して日の浅い病気ほど早く治ります。1回の治療で激しい症状がびたりと軽減することがしばしばあります。慢性症状の場合はコンスタントに治療を続けることにより体質改善され諸症状を治癒に導きます。また、無理に治療を続けても症状の完全が芳しくない場合もあります。老朽化して血行が悪くなって修復しにくい所や、筋肉や腱、筋腱膜の損傷で火傷の跡のようになってしまい、回復が徐々にしか進まない所、神経線維が損傷してしまい修復が進まない所、神経と脳が痛みを記憶してしまい痛みを忘れにくくなっている場合などです。そのような症状は完治を目標とせず、薄皮をはがすつもりで痛みを和らげ、病気と上手く付き合っていく方法を模索します。大きなストレスや、怪我、感染症が無い限り日常生活で問題なく生活するところまでは治療可能と考えております。

養生について

どんな治療法でも養生が必要です。より良い効果を与えるため次の事項をお守りください。

- 睡眠は十分お取りください。（リラックスできる時間を多くお取りください。）
- 治療直後の入浴はひかえてください。（理想的には8時間は入浴しないほうがベターです。シャワーの場合も1時間後に軽く流す程度にしてください。）
- アルコール類はひかえてください。（48時間程度）代わりに水分を多くお取りください。
- 食事は出来るだけ規則正しく毎日3回、腹八分目におとりください。

- 刺激性食品不消化食品はなるべく取らないこと。（揚げ物、冷たいもの、お菓子類）
- 「生兵法は怪我の基」自己療法は注意してください。
- ストレスを受けないようにすること、避けられない場合はストレスを忘れること、またはストレスを気にしない時間を一日の中で作ることを心がけてください。
- 治療効果がでてきたら運動などエクササイズを始めてください。運動は健康づくりに効果的です。

治療時の服装について

Tシャツ、もしくは長袖シャツとジャージやスパッツスポーツウエア、パジャマなどの格好で治療をしております。

治療用にお持ちください。汗や肌の接触が気になる方は長袖のシャツをご用意下さい。

予約、および精算について

治療時間は症状によってアドバイスいたしますが、初回時や症状が辛いときは、多目の時間を予定ください。

ご精算については治療終了後に現金またはチェックにてお願いします。

キャンセルおよびキャンセルチャージについて

連絡は48時間前までにお願いします。ほかの患者さんがキャンセル待ちをしていることがありますので連絡は確実にお願いします。当日のキャンセルは原則全額のチャージをいただきます。また状況によっては30～50パーセントのキャンセルチャージをいただくこともありますので理由を説明ください。

その他

その他必要に応じてアドバイスいたしますが、大切なことはあなたが真剣にご自身の症状を改善しようとする心構えです。私もベストをつくしますので安心してお任せください

さくらい治療サービス Tel: 07867 626 537 代表 桜井 照大