

(公社)日本鍼灸師会

鍼灸のすすめ



●スポーツ障害と鍼灸

鍼灸治療は、野球、サッカー、テニス、ラグビー、バレーボール等の球技や相撲、柔道等格闘技の治療にも大活躍しています。

鍼灸は血液循環を良好にし、新陳代謝を促進するなど**疲労回復に大きな力**を発揮することから、練習の疲労を取り除き、**故障やケガの予防、試合前の調整、精神の安定を図る**など練習や試合に万全の体制で臨めるよう役立っています。