



8月のお便り

暑い夏真っ只中ですね。

連日、台風のニュースも報じられておりますが、皆様、いかがお過ごしでしょうか。

日本の夏はとにかく湿度が高く、住環境としてはちょっと厳しい感じではありますが、様々な工夫をしていますよね。

さて、昨年も書きましたが、急に気温が上昇したり台風が来たりなど「気圧の変化」の多いこの季節は、実は結構大変なのです。

【 気圧の変化と人間との関係 】

気圧が急に変わると人間の身体はストレスを感じます。

そのストレスに対抗するために自律神経が必要以上に活性化され、自立神経の調整がうまくいかなくなるのです。

中でも台風は、気圧の変化が急激な上に移動スピードが速いため、強い症状を感じる人が多いです。

【 乗り物酔いをする人はご注意ください 】

気圧が変化したからといって、全員が不調を感じるわけではありません。

不調を感じやすい人には様々な原因はありますが、特徴として、乗り物酔いをする人は気圧の変化に弱い傾向にあるようです。

【 改善方法 】

内耳の血行をよくする為に、耳のマッサージを習慣化してみるのも良いようです。

痛みが出ない程度、皮膚をこすらないように気をつけながら、毎日1日数回、耳をゆるくマッサージしてみてください。

もちろん、靈芝を飲むのはお忘れなく！！！！

製品についての
お問い合わせは

バイオゲイン
011-590-0114

BIOGain

