

誰でも改善できてしまう頭痛の勉強会 動画&音声【完全版】

下記から、それぞれの動画と音声をダウンロードできます。

ただし、第3部に限り、動画を取ることができず、音声だけの提供になります。

■動画&音声のダウンロード

第1部（約1時間16分）

動画はこちら

https://youtu.be/flKEwwm5_1s

音声はこちら

<http://curehouse.tokyo/dl/201507181.mp3>

第2部（約1時間22分）

動画はこちら

<http://youtu.be/FInvN89wJBM>

音声はこちら

<http://curehouse.tokyo/dl/201507182.mp3>

第3部（約1時間5分）

音声はこちら

<http://curehouse.tokyo/dl/201507183.mp3>

■各動画&音声の内容

第1部

1.頭痛のメカニズム

痛みの元となるものとは？

手汗と足裏のカサカサで発症している頭痛を考える

片頭痛の根本原因とは？

免疫と気の関係とは？

2.頭痛の起こる場所が意味していることとは？ 前半

痛みが出ている隣接箇所がポイント

経絡との関係

足のむくみがあり頭痛が出ている場合の原因と対策法

内臓の機能低下を起こす原因とは？

気を怪しいと思う前に・・・？

頭痛を治そうとすると治らない理由

先天の気と後天の気

第2部

2.頭痛の起こる場所が意味していることとは？ 後半

頭痛の実例説明

こめかみと後頭部の痛み

今朝から痛い

今朝鎮痛剤を飲むが変化なし

おしゃべり中は痛みを忘れていた

朝より痛みが増している

よく同じような頭痛が起こる

雨が降る前と小雨の時、気圧の変動、生理前後によく起こる

気圧の変動と気・血・水の連動による頭痛

気圧の変動でダメージを受けやすい場所

頭痛の出ている場所と経絡とその原因

解剖学的に見た頭痛の場所と原因

3.頭痛がするときの対策

飛行機に乗ると必ず頭痛が起こる元陸上競技をやっていた人の対策
頭痛を改善するために使う薬について

4.危険な頭痛について

目を開けることができない頭痛
寝ていられない頭痛
吐き気のある頭痛

質問

発熱で頭痛の改善ポイントを知る
緊張とゆるみの差について

第3部

質問

寝すぎによる頭痛の原因と改善法

5.片頭痛といわれてるものを、クスリに頼らず治すには

6.雨の日の頭痛はなぜおきるのか

7.内臓から起こる頭痛の2つの原因と流れ

内臓の炎症から起こる頭痛を食い止める方法とは？

8.事例

問合せた前日もまさに頭痛で1日寝込んで起き上がれないような状態。

このような日がたまに起きるのです。

頭痛外来などにも行って、漢方の薬を処方されているが

効く時と効かないときがある。

どんなときに起きるか

- ・生理の前
- ・暑くなる時、暑いとき
- ・気圧が変わるとき

起きるタイミング

- ・明け方が多い

食事

- ・食べ物は、チーズとチョコレートは食べないように気を付けている
(これは、何かでこれが頭痛に悪い・・・と聞いたからであって、これを食べると頭痛になるわけでもないです)
- ・あまり添加物などは取らない人で、出汁もすべて一からとって利用しています。
- ・もちろん 3食定刻に食べる人。

睡眠

- ・11時～6時（とても規則正しい人）

運動

- ・あまりしていない。普段も車が多い。 ← 問題はここにもありそうですね。

その他

- ・便秘はしてない
- ・最近では頭痛に吐き気が伴い、ちょっとした匂いもがまんができなくなるそうです。

この頭痛の原因を考える

睡眠時間と睡眠の質について

宿便と排便と便秘について

食事の取るタイミングと食べ方と量について

吐き気と暑いときの頭痛の絡みとは

生理前の頭痛の2つの原因

生理前の頭痛で最も注意したい事とは

生理前後に頭痛対策に行う運動の注意点

老化現象とはあるのか？ないのか？

夜間尿の意味は？

老化、ストレス、太りすぎが原因の本当の意味とは？