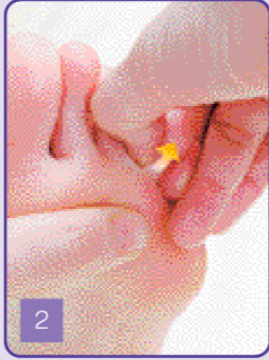


耳鳴り

耳鳴り には、脳や首の動脈奇形などの血管性の疾患や、口内、耳周辺の筋肉の痙攣などで起こる他覚的耳鳴り（他人にも聞こえる）と、聴覚障害以外の障害で起こる自覚的耳鳴り（自分にしか聞こえない）の2つがあります。耳鳴りのほとんどが自覚的耳鳴りで、症状が現れる主な病気に、耳垢塞栓（じこうそくせん）、耳管狭窄症（じかんきょうさくしょう）、内耳炎、突発性難聴、メニエール病、音響外傷などがあります。

1 基本ゾーンを揉む 42ページ参照



耳
第4、第5指の指の付け根に、右手の拇指頭をグッと入れ、しごき上げます。



第4指の第5指側の反射区を揉むときは、左手にかえてしごき上げると揉みやすいです。



第5指にある反射区も第4指と同じように揉んでいきます。



平衡器官
甲側の第4指、第5指の付け根にある反射区をダブル拇指で点圧します。その際に、足の裏側からも同じ力でしっかりと押さえます。平衡器官の反射区の裏側には心臓（左足）と肝臓（右足）の反射区が存在するので、同時に押しでもいいでしょう。

歯の痛み

歯の痛み は、虫歯が原因だけとは限りません。歯槽膿漏や神経因性疼痛（とうつう）三叉神経痛、帯状疱疹後神経痛などの、上顎癌、咀嚼（そしゃく）の疲労から起こる関連痛、ストレスで起こる視認性疼痛なども原因として考えられます。歯痛が虫歯の痛みなのかを判断する基準に、痛みの違いがあります。虫歯など歯そのものに原因があれば痛みは増していきますが、痛みが変化せず、じっとしていても痛い場合は他の原因を疑い、早めに医師の診察を受けましょう。

1 基本ゾーンを揉む 42ページ参照

大脳

拇指頭で、足の指先の“腹”の部分に広がる反射区をしごいていきます。



上あご・下あご

足の親指の爪の下部分を、拇指頭を使って横にスライドさせていきます。

