

## ちょっと変わった「鼻づまり解消法」

花粉症などによる、つらい鼻づまり。解消するには、「温める」「ツボを押す」ことなどが有効ですが、その他に、「500 ミリリットルのペットボトルを脇にはさむ」という方法があるのをご存知ですか？

そのやり方は、つまっている鼻とは反対側の脇に、ペットボトルを少し強めにはさんでギュッと圧力をかけるというものです。ある実験で、体の側面を圧迫すると、その反対側の交感神経が刺激されて発汗が促される、というメカニズムが解明されました。これはその応用で、例えば、右の脇に挟むと左の交換神経が刺激され、左の鼻孔の血管が収縮することになり、一時的に鼻づまりが緩和されるというものです。ぜひ一度、試してみてください。



お問い合わせ お待ちしております。

株式会社ツバメガス山口

下関市稗田西町 10 番 7 号

FRONTIER

TEL : 083-252-0928 FAX : 083-253-7545

FRONTIER

ガスエコ。+ 太陽光発電

知って得する情報やガスのワンポイント  
アドバイスなど、ホームページで多数 公開中



毎月  
更新

ツバメガス 山口

検索

[www.tsubamegas-f.co.jp](http://www.tsubamegas-f.co.jp)  
ツバメガスグループ