

五臓健康度チェック

当てはまる症状は 欄 にチェックを入れてください。(1チェック1点です)
5点以上はお気軽にご相談ください。(下記以外も対応可能です)

1. 肝 タイプ

怒る、泣くなど感情が高ぶりやすい
物忘れしやすい
寝つきが悪い
眠りが浅く、よく夢をみる
食欲にムラがある
便秘と下痢を繰り返しやすい
精力の衰えを感じる
筋肉がこわばる、肩こり、こむら返り
爪が白っぽい、もろい
顔が青黒い
顔に青筋が出ている
眼精疲労、視力低下
涙が出やすい
白目が黄色い、あるいは赤い
目のまわりにシミがある
鼻の頭が赤い
鼻血が出やすい
舌の裏の静脈が怒張している

2. 心 タイプ

動悸や息切れを感じるが多い
心臓部や胸の中央、乳房の周辺、ノドから下
あごあたりに締め付けられるような痛みを
感じる
寝つきが悪い
物忘れが多い
ロレツが回らなくなることがある
少しの運動で汗をかく
手足がむくむ
左肩の肩甲骨、首、肩にコリや痛みを感じる
顔全体が赤い、ほてる
顔がむくむ
舌の先端が赤いまたは全体的部分的に紫色
舌裏の静脈が怒張している
指の先が幅広になっている
爪の色が暗い

1. 肝のトラブル 点

2. 心のトラブル 点

3. 胃腸 タイプ

食欲がない
食欲が異常亢進しやすい
胃が痛い、胃がむかつく
お腹がグルグル鳴る、下痢しやすい
アザがしやすい
月経が長引く
筋肉が弱い
やせすぎか水太り傾向にある
冷え性である
立ちくらみ、疲れやすいなど貧血ぎみ
顔が黄色い
肌が弱い、敏感肌
顔や体のむくみ
顔のたるみ毛穴の開きが気になる
薄めをあけて眠るときがある
吹き出物、湿疹、口内炎が出やすい
口が臭い
口の中が乾きやすい
歯茎の腫れ、出血
唾液が多い
舌の周囲に歯型がつく
舌が白い、または赤い
舌苔が白く厚い

3. 胃腸のトラブル 点

4. 肺のトラブル 点

5. 腎のトラブル 点

4. 肺 タイプ

アレルギー性の鼻炎、皮膚炎がある
喘息である
ノドや気管支が弱い
よく風邪をひく
背中上部の産毛が多い
便秘になりやすい
むくみやすい
顔が白っぽい、色白
じんましんや湿疹が出やすい
鼻が詰まる、鼻水がよく出る
鼻やほおに吹き出物ができたり、鼻が痛む
ノドが腫れやすい
口で呼吸していることが多い
咳や痰がよく出る

5. 腎 タイプ

排尿障害を感じる
むくみやすい
疲れやすく、回復力が低い
性的能力が減退している
足腰がだるい
手足がほてる
午後に微熱が出る
骨が弱い、背丈が伸びない
耳鳴りや中耳炎、難聴になりやすい
無気力である
腹式呼吸がしにくい
髪が細くて弱い、あるいは若白髪
脱毛が目立つ
顔が黒ずんでいる
目の下にクマがある
目に力がない
まぶたがむくみやすい
舌の周囲に歯型がつく