

## リンパ詰まり度 チェックリスト

- 眼精疲労がある
- 目の下のたるみが気になる
- 耳鳴り、めまいがする
- 昔はもっと小顔だった
- 花粉症がある
- 口内炎がよくできる
- 血圧が高めである、もしくは低い
- なんとなく、肌がくすんでいると感じる
- 肩こり、首こりががある
- 四十肩、五十肩がある
- 便秘がちである
- 子宮筋腫がある
- 下腹がなかなか痩せない
- 静脈瘤がある
- 膝痛がある
- 冷え性である
- 夕方になると、朝と比べて靴がきつくなる
- 運動不足である
- 白内障、飛蚊症がある
- 偏頭痛がある
- フェイスラインのたるみが気になる
- ほうれい線が気になる
- 蓄膿症がある
- アトピー、アレルギーがある
- 鎖骨が埋まっいて見えない
- 二の腕の太さが気になる
- 生理不順である
- 太ももの太さが気になる
- ふくらはぎの太さが気になる

