



## 簡単でユニークな「めまい」トレーニング

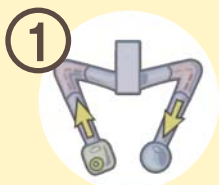
めまいに最も多いといわれる、良性発作性頭位眩暈症（BPPV）の治療トレーニングに効果的です。

内耳に浮遊する耳石を前庭に再配置するエプレイ法が、安全かつ簡易に行えます。

BPPV の発生率は年齢と共に増加し、60 歳以上の人々の 9% を超え、再発は最高 50% とされています。

| 製品番号     | 製品名      | JAN コード       | 税抜価格     |
|----------|----------|---------------|----------|
| dizzyfix | ディジフィックス | 4580199002055 | 29,800 円 |

### 使用方法（患側が左の場合）



① 頭や体を動かしてチューブの黄の区画（四角）から青の区画（丸）へ緑の小球を移動させます。



② 枕を背に当て仰向けになり、頭を左 45° に傾けます。すると球が黄の区画から赤の区画に移動します。このときめまいがするかもしれません。10 秒～30 秒、球が動きを止めるか、めまいが治まるまで、この姿勢を続けて下さい。



③ 頭を右 45° に傾け、球がチューブの中を移動するのを見てください。10 秒～30 秒、球が動きを止めるまで、この姿勢を続けて下さい。



④ 右肩をつけたまま体を回し、下の方を見てください。すると球がチューブの真ん中から反対側の赤の区画に移動します。10 秒～30 秒、球が動きを止めるまで、この姿勢を続けて下さい。



⑤ 頭を動かさないうまま横向きに起き直り、球がチューブの青の区画（丸）に落ちて行くのを見つけてください。