



# こむら返り



ミネラル不足、血流不良が主な原因で  
ふくらはぎ（腓：こむら）などの足の筋肉が  
痙攣し痛むことを言います

漢方薬や日常生活での心がけで  
予防・解消が可能です

お悩みの方は お気軽にご相談下さい

