

수치료



온냉교차샤워

- ▶ 혈액순환을 촉진시킨다
- ▶ 면역체계를 강화시킨다
- ▶ 감기, 몸살의 좋은 치료법이다
- ▶ 부상과 감염의 치료를 촉진시킨다
- ▶ 천식환자의 기관지를 이완시킨다
- ▶ 신체에 활력을 준다



고온족욕

- ▶ 두통을 완화시킨다
- ▶ 이완작용
- ▶ 발한작용
- ▶ 소화기계 유허을 완화시킨다
- ▶ 감기와 싸운다
- ▶ 생리통을 완화시킨다



증기 흡입

- ▶ 비충혈을 제거시킨다
- ▶ 인후통을 완화시킨다
- ▶ 호흡기관을 보온하고, 촉촉하게 유지한다
- ▶ 천식환자의 기관지를 이완시킨다



열습포

- ▶ 인후통과 후두염은 목주위에 적용한다
- ▶ 기침, 기관지염, 폐렴은 가슴에 적용한다

