给为冠状病毒感染后遗症而烦恼的人们!

日本瑜伽疗法学会/日本瑜伽・niketan到现在为止，作为新型冠状病毒感染预防重要的自然免疫力的提高，用瑜伽疗法的呼吸法也能得到，不过，通知大家感染后的后遗症也有改善的可能性。

瑜伽作为治疗实习的话，发现作为抑制炎症的核糖核酸（RNA）的IL10（白细胞介素・貂）的开关变得很多ON（Effect of yoga module on pro-inflammatory and anti-inflammatory cytokines in industrial workers of lonavla:arandomized controlled trial Pratibha Hemant Rajbhoj）。在日本国内，通过健康者的瑜伽疗法指导，起到抗炎症作用的RNA基因的开关也被确认为ON。

由此，暗示着抑制因冠状病毒感染而过度的免疫失控的可能性。

日本瑜伽疗法学会主页的第19届亚洲心身医学会（2022年8月召开）https://ww-w.yogatherapy.jp中描述的场景，使用以下步骤创建明细表，以便在概念设计中分析体量的体积。关于这样的瑜伽疗法实习法，请向我们的事务局咨询。我来介绍一下附近的瑜伽班。我来教你简单地自己在家实习的瑜伽疗法技术。

日本瑜伽疗法学会/日本瑜伽尼格登事务局