



生理痛について女子に質問したいです。生理痛がひどいときの対処法のおすすめがあれば教えて欲しいです

私も生理痛ひどくて、薬飲んで学校で過ごしています。眠くならない「ルナ」がお気に入りです!! お腹と背中にカイロ貼ると痛みがひくこともあるので、夏でもカイロつけてます笑



女子です。生理痛辛いですよね～😭私は"貼るカイロをお腹や腰に貼るORカイロをお腹に当てる"などしてます! その他にも生理痛を和らげる薬を飲んだりしています!ルナ薬が個人的おすすめです👍

