

Vol.14

院長 関の
Face to Face

2009年 8月 1日発行

腰の部分の椎骨を、腰椎（ようついでい）といいます。第一（だいいち）第五腰椎まで五个あります。この五个の骨が何かの拍子（ひょうし）、例えば重いものを持つたり、急な体幹の捻転時などに周囲の組織などがバランスを崩し、神経や血管を圧迫して急性の腰痛を起こし鋭い痛みが発生するのを通称「ぎっくり腰」と呼びます。

『ぎっくり腰』の治療法

「ぎっくり腰」は正確には急性腰痛症、突発性腰痛症と言います。地方によっては「ぎっくり腰」とも呼ばれ、欧米ではその病態から「魔女の一撃」とも呼ばれています。当然のことながら、腰椎はお尻の上ののっている骨です。周りには筋肉があり、前方には泌尿器や消化器もあります。つまり様々な組織と相関関係があるわけですからその治療は腰



部のみを冷やしたりマツサージしたりせず、腰部から離れた場所から遠隔操作することで腰部および周りの筋肉を緩めバランスを整えていきます。具体的には患者さんを仰向けにし、両足の指を廻し刺激を与えて、腹部・腰部の筋肉を緩めます。次に両手を上に引き肋骨に刺激を与えて背中筋を緩めます。最後にうつぶせにして臀部の筋肉を緩めます。この治療を何度か行うことで痛みが和らぎ、治療に向きます。また日常的に続けることで再発防止が期待できるのです。

関 修一（せきしゅういち）

健育会 東銀座整骨院・鍼灸院・
整体院 院長

代替医療の総合治療院としての
確立を目指す

タイトルの face to face 患者
さん自身と向き合って患者さんの
症状と戦うことを願っています
* 毎月1日の発行です