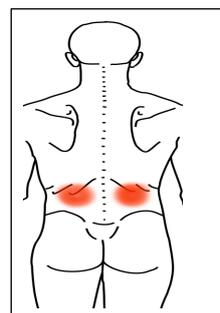


症例紹介～腰痛編パート1～

年齢：50代 性別：男性 職業：大工

主訴：ぎっくり腰 罹患期間：今朝起きたら痛くなっていた。
しかし初めてぎっくり腰になったのが30代半ばでその後は
定期的にぎっくり腰を起こすようになった。
以前ヘルニアの所見があると医者から言われたためここで治
らなければ手術を考えている。



治療報告

治療回数：2回(翌週確認治療)

原因筋：腸腰筋

【コメント】

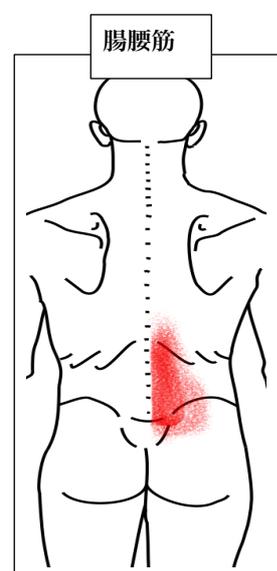
この方は仕事柄お身体を酷使されていました。

また、病院では椎間板ヘルニアと診断され手術をしなければ今後仕事は続けられないと話されたそうです。

手術はしたくないが今後の生活もまともにおくれるだろうか、と悩んでいた際、友人の方から当院を紹介して頂いたそうです。長年腰痛をお持ちでしたが罹患筋以外に大きな連鎖は見られず無事2回で治療を終了されました。

患者様の中にはぎっくり腰は腰痛と比べて重篤でなってしまうたら安静にして落ち着くのを待つしかない、と思われている方が多くいらっしゃいますが腰痛もぎっくり腰も原因筋は全く同じです。そのため腰痛と同じように治療し改善させることができます。

(ぎっくり腰についての小話も今後記載予定！！)



【筋肉小話】～腰痛の半分以上はお腹側の筋が原因！～

今回お話の中で登場した『腸腰筋』。あまり聞き慣れない名前ですがこれはとても重要な筋肉です。

なぜなら腰痛を抱えている方の約**56%**はこの筋肉が原因だからです。

腰痛は他にも『起立筋型』『中殿筋型』『腰方形筋型』『混合型』などがありますが圧倒的にこの『腸腰筋型』が多いにも拘らず治療対象として見逃されやすいのが現実です。

更にもう一つ皆さんにお話ししたいのが、加齢に伴って背中が丸くなる『円背』にもとても大きく関わっているということです。

腸腰筋は背骨前側から起始、骨盤を經由して大腿骨小転子に停止します。加齢に伴い筋は弾性力を失い短縮することで骨盤が後傾し円背が引き起こされるのです。

原因はそれだけではありませんが、原因を一つずつ排除していく事で健康的な身体を維持していく事もとても大切なことだと私は思います。