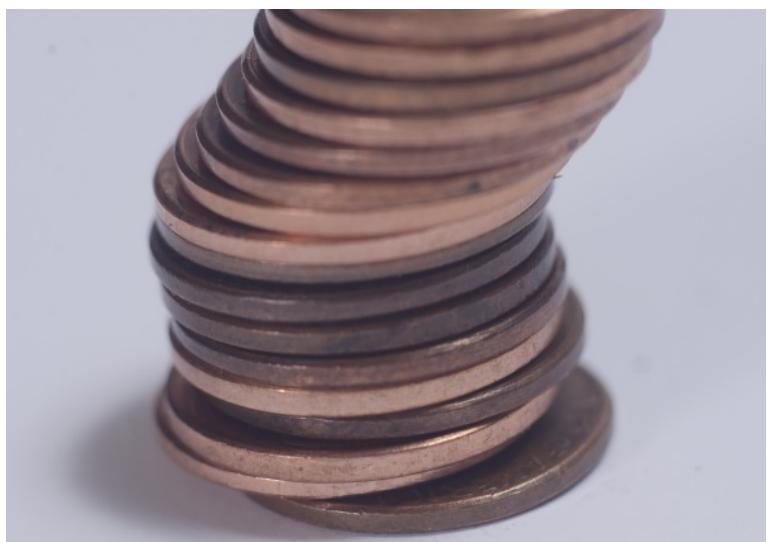


Vol.151



2021年1月1日発行

# 中年女性に多い変性すべり症



関修一（せきしゅういち） 健育会 東銀座整骨院・整体院・鍼灸院・マッサージ院 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は「患者さんと直面すること」

※毎月一日の発行です

The logo for Vol. 151 consists of two stylized blue birds facing each other, forming a heart-like shape. The birds are composed of several overlapping blue shapes, creating a sense of depth and movement. Below the birds, the text "Vol. 151" is written in a large, black, sans-serif font.

性を起こし、それに伴つて腰椎の安定性が崩れ、腰椎がすべったようにずれます。それにより神経の束である脊髄神経に圧力がかかり、痛みや下半身のしびれが出現し、特に長い距離を歩くと痛みやしびれが増幅します。レントゲンの検査で診断され、MRIの検査で神経の圧迫の程度が判明します。重症では手術となりますが、ほとんどは痛

み止めや湿布による対処療法や、生活指導、ストレッチや筋力トレーニングで経過観察となります。私達治療家はマッサージや鍼灸の刺激で自律神経を整え、血流を促し、緊張を和らげます。整体で、脊柱の軸を整え、姿勢改善や腹圧を高める運動を指導します。それぞれの治療を週に1回、3ヶ月くらいので少しづつ改善していくと思います。是非お試しください。