

Vol.151

院長 関の

Face to Face

2021年1月1日発行



変性すべり症とは、椎骨という積木のように重なった骨が本来あるべき場所から3ミリ以上ずれている状態をいいます。ほとんどが前にずれ、ずれた部分を中心に腰椎の形が崩れます。特に腰椎の4番、5番に多く見られます。原因の多くは「閉経後の女性ホルモンの減少」です。骨と骨の間の椎間板や靭帯、関節など腰椎を固定している組織が変

中年女性に多い変性すべり症



性を起こし、それに伴って腰椎の安定性が崩れ、腰椎がすべったようにずれます。ずれること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ずつ改善していくと思います。是非お試しください。



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「患者さん自身と向き

合って患者さんの症状と闘う」こ

とを願ってつけた

※毎月一日の発行です