

現代医学は日進月歩です。めまぐるしく常識が変わっていきます。そのような中で私が最近注目しているのは「膝の痛みの原因が膝蓋下脂肪体の繊維化では？」という内容です。膝蓋下脂肪体とは膝関節部の前側にある脂肪組織です。膝蓋骨と大腿骨との間のクッションの役割を持ち、衝撃などの外力を和らげる働きがあります。痛みの感受性がと

Vol.180

院長 関の

Face to Face

2023年6月1日発行

膝の痛みの原因は膝蓋下脂肪体かも？



ても強く、運動のやりすぎ、膝関節部の変形、膝の手術などで傷つき、炎症を起こし、繊維化して痛みの原因になっているというのです。主に理学療法士達が医療現場で声を挙げていますが整形外科医達からはあまり聞かえてきません。それは手術時の関節鏡で膝蓋骨脂肪体を傷つける事が多いからだ

とも言われています。痛みを和らげる治療方法ですが、やはりキーワードは「循環」です。膝蓋骨の可動性をよくすることで、繊維化した膝蓋下脂肪体を滑らかにします。例えば膝蓋骨を左右斜めに動かしたり、温めたり、お灸や鍼も効果的です。湿布を貼り続けることは循環を悪くすることになるので要注意です。そもそも膝を痛める原因に不良姿勢が大きく関係しています。自己判断せず、まずは当院へご相談ください。



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