

このようなお悩みありませんか？

- 「ぎっくり腰」を繰り返す
- 季節の変わり目に腰痛を起こす事がある
- 同じ姿勢（デスクワークなど）でいることが多い
- 姿勢が悪いと自覚、指摘された事などがある
- マッサージに行っても腰痛が改善されない
- レントゲン検査しても骨に異常なしと診断された
- シップや飲み薬を試しても痛みが改善されない

腰痛の種類・その原因

少し前までは、整形外科においても腰痛の約15%が腰の骨や椎間板などの異常と原因が特定できるもので、85%は特定出来ませんでした。しかし、2012年からは・・・

椎間関節(背骨同士の関節)性	22%	薬やマッサージ、ストレッチ、運動 などで改善されうる	68%
筋肉・筋膜性	18%		
仙腸関節性(骨盤の後ろ側)	6%		
非特異的腰痛	22%		
椎間板性	13%	手術適用の症状 (状態によっては当院にて痛みの軽減可)	31%
狭窄症	11%		
ヘルニア	7%		

と、日本整形外科学会・日本腰痛学会監修の下、「腰痛診療ガイドライン」が策定されました。

腰痛とは、男女の性差に関係なく、身体のお悩みのトップクラスの症状です。

腰痛でお悩みの方の多くは、「デスクワーク」「立ち仕事」「家で座って過ごすことが多い」など、いずれも長時間同じ姿勢を続けている事が多く、動きが小さいのが特徴です。

ただし、これらは腰痛を引き起こす『きっかけ』に過ぎません。

本当の原因は、姿勢(筋肉や骨格)のバランスが崩れることで、腰回りの筋肉や骨格に徐々に負担が積み重なり、慢性的あるいは繰り返す腰痛などに繋がってきます。加えて、日頃の運動不足による筋力低下も腰痛を加速させている原因にもなります。

長引く腰痛・悪化する腰痛

「マッサージに通っているが変わらない」「シップや飲み薬を服用しても痛みが引かない」などの声を聞いた事はありませんか？

腰痛が改善しない方のお話を伺うと、共通して腰痛の根本原因が改善されていないという点があります。当院では姿勢(筋肉・骨格)、運動、栄養(痛んでいる体を治す材料=人の体は100%食べた物で出来ているため)のバランスの崩れが原因と考えています。その根本原因にアプローチし、改善されなければ次第に悪化していくでしょう。

放置した結果、慢性化したり繰り返す腰痛に悩まされる日々が続いている方を多く診てきました。怖いのは悪化して坐骨神経痛を引き起こして痛み・シビレ・歩行障害・尿失禁などに発展することもあります。したがって腰痛の原因を究明し、根本から改善していく施術や生活をお勧めします。

腰痛に対する施術

当院は単なるマッサージ屋ではなく、『柔道整復師』という身体の構造・動きを熟知した、国家資格所有者が施術に当たらせて頂きます。

腰痛で来院される方の多くは、腰痛の原因が腰以外の背中や下半身などに潜んでいます。したがって、身体の現状を検査、体感して頂いた上で、あちこちにある原因を特定し取り除いていきます。主に、ハイボルト(高電圧電気刺激療法)・EMS・筋膜リリース(筋肉/骨格調整)・超音波・マッサージを施します。

足立区の花畑名倉堂接骨院・整体院では、【早期改善】と今後繰り返しづらい(回復しやすい)体づくりの為に【再発予防】をコンセプトに辛い腰痛・繰り返す腰痛に対する施術を行っておりますので、ひどい痛みや慢性・シビレ、我慢やシップを貼って様子を見るなど自己判断せずに、症状の早期改善と今後も症状の出にくい快適なお体を手に入れて頂くためにも適切な通院頻度、期間を通院して根本改善して頂く事をお勧めします。

足立区やご近所で急性・慢性腰痛などでお悩みの方は、花畑名倉堂接骨院・整体院にお気軽にご相談ください。

