



ごとう整骨院News

<http://www.goto-hand.com/>

当院キャラクター「ほねボーヤ」

Vol. 2 1 月号

腰痛について

腰痛といってもいろいろな種類があります。

①筋肉を痛めたもの、②靭帯を痛めたもの、③骨を痛めたもの、④ヘルニアによる痛みなどたくさん原因があります。

①筋肉を痛めたものは重ったるような感じの痛みであることが多いです。

例外として、ぎっくり腰のように筋肉の断裂（肉離れ）による激しい痛みの事もあります。

②靭帯を痛めたものは、じっとしていると痛みが出なく、動き出した際に鋭い痛みとなることが多いです。

③骨を痛めたものとしては骨粗しょう症による腰の骨の骨折や変形による痛みなどがあります。基本的に骨折と同様の怪我なので痛みは鋭い事が多いです。

④ヘルニアによる痛みは腰も痛むのですが足のほうにまで痛みが広がる事が多いです。痛みではなくシビレだけのことも多いです。

どれもまずは安静にする事が大事です。体の中で起こっているのを見えませんが、痛めたところから出血します。皮膚が切れて出血しているのに動き回

る人はいませんか？出血は通常2、3日で収まります。その間に動き回ったり、お酒を飲んだり、お風呂にゆつくり入ったりすると出血量が増え、予後が悪くなります。動けるようになったら治療に行きましょう。

一般的に整形外科でレントゲンを撮り「ヘルニアですね」と言われるケースがあるようです。

しかし、ヘルニアかどうかはテスト（脚をまっすぐに上げてしびれが出るかをみるテスト）をし疑いがあるようならMRIを撮らないとヘルニアかどうかは確定できません。レントゲンだけでは判断するような所は気をつけて下さい。

また、ヘルニアだと診断されてすぐに「手術はいつにしましょうか？」などと言うケースもあるようです。一般的にヘルニアは保存療法で治療し経過をみるのが原則です。すぐに手術を薦めるような所も気をつけて下さい。

しかし中にはまれに緊急手術となる場合があります。それは強い神経痛と排尿障害をきたした場合や明らかに脚の筋肉が麻痺した場合などです。その場合は緊急手術が必要になります。

以上のように一口に腰痛と言ってもいろいろな病状があります。それによって治療法も変わってくるので安易に判断しないようにしましょう。

☆新しいスタッフの紹介

当院に1月から新しいスタッフが入りました。

佐々木 貴也（ささき たかや）です。皆さんよろしくお願い致します。

東海大学出身で大学時代は体育学部でトレーナーの勉強をしていました。

男子ラグロス日本代表U-22のトレーナーの経験があります。

トレーニング方法やコーチングの分野での勉強をしていました。

今回臨床現場での知識を得るために当院にやってきました。ご迷惑をおかけすることも多々あると思いますが、温かく見守って、時には厳しく叱って下さい。

〜佐々木より〜

柔道整復師としての知識や技術はもろんのこと、現場でしかわからないものをどんどん吸収していきたいです。

特に患者さんとの接し方や仕事に対する姿勢や取組み等、社会人としてプロとしての力を身につけたいと思います。また、広い視野を持った人間になりたいです。宜しくお願いします。

本年もごとう整骨院を宜しく願致します。

予約優先制

予約はこちらへ↓

キュウナヨウツウオ-ゴトウ

048-942-0510

診療時間のみ受付です

診療時間

9:00 ~ 12:30

15:00 ~ 20:00

土曜日は午前中のみ

日曜・祝祭日は休診

ごとう整骨院

携帯サイト

