



坐骨神経痛、脚の痛みやしびれについて

腰痛を伴う、脚の痛みやしびれで当院へ来院された方は、今まで数多くいらっしゃいます。病院では腰椎4番と5番または5番と仙骨の間の椎間板ヘルニアによる坐骨神経痛と診断され、ブロック注射(硬膜外ブロック、神経根ブロック)を何度かしてもらったにも拘わらず、改善せず、手術は嫌なので、ということで来院されるパターンが多いです。

これらの方々全員ではありませんが、約7~8割位の方は当院の施術で良くなられています。

施術の回数は、最近では早い方では5回以内、その他はだいたい10回前後で改善されています。通院は2,3日に1回のペースになります。

症状が改善されて治った方々に、共通している身体の特徴があります。それは腰の筋肉が硬く固まってこぶのような、しこりみたいになっている所があることです。(以下「筋肉の硬縮」といいます。)

この硬縮が脊椎から出ている神経を圧迫することが、痛みやしびれを起こす原因となっています。

腰椎1番から3番あたりに硬縮がある場合(図1)には、外側大腿皮神経を圧迫して、大腿部(太もも)に痛みやしびれが出ることが多く、腰椎4番、5番、腰仙部あたりに硬縮がある場合(図2)には、総腓骨神経等を圧迫されることにより、ふくらはぎの外側や足先まで痛みやしびれが出ることが多い傾向があります。硬縮する主な筋肉は、腰腸肋筋と、胸最長筋と多裂筋などです。

その他共通してある硬縮は、お腹側の腸骨筋にあります。(図3)

これらの硬縮がある場合は、本来は無いものなので、押圧等、ほぐすことによって、無くさなければなりません。

硬縮を押されて痛かったり、脚まで響くような場合は、その部位が原因とみて差し支えありません。

硬縮を押圧等により、無くしていく過程での施術時は、かなり痛みを伴いますが、出来るだけ我慢する必要があります。

硬縮が殆ど小さくなって無くなったり、押圧しても痛くなくなった時に症状が良くなることが多いです。裏面には良くなった方の体験談と注意事項を載せておきますので参考にお読みください。

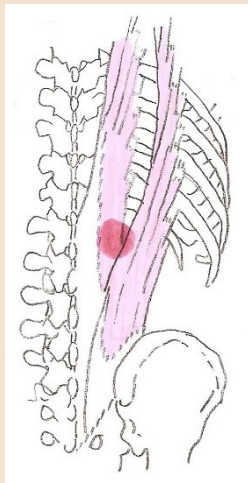


図1

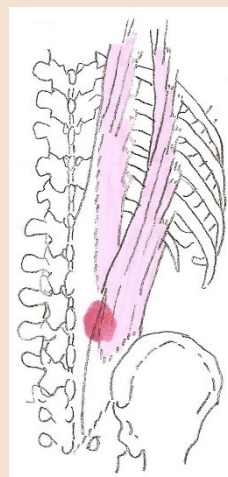


図2

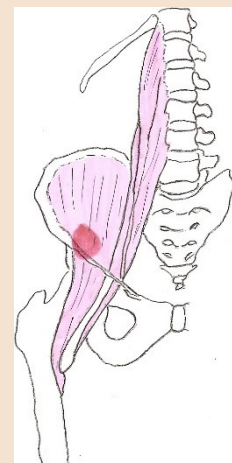


図3

体験談

あなたの声をお聞かせください

快整体院では、お客様の声を募集しています。安全で即効性のある施療により、身体がラクになる喜びと感動を提供することをモットーに、日々励んでおりますが、皆様に整体の良さをお伝えするのに、実際の施療を受けられたあなた様の率直なお声が、何よりの力となりました。今後の参考になります。当院の感想や他の治療院との違いなど何でも結構です。お気づきの事を文でもイラストでもご自由にお書きの上、お送り下さいますよう、よろしく願いいたします。

4月中旬ギックリ腰を病み、腰痛は程なく解消したしまいが、臀部から足の指先にかけて、激痛としびれが起きた。整形外科を受診しましたが、坐骨神経痛と診断で治療はありませんでした。10月20日知人の紹介をいただき、快整体院で、縮んでいた筋を指圧で治療いただき、治療を重ねる毎に痛みが取れ、現在は完治いたしました。先生には、痛みを原因を適格に判断され適切な治療をいただいたこと、短期間で完治できましたこと、心から感謝しております。年を重ねる毎に、足腰の痛みが多くなる様です。早めの治療をお願いできればと考えております。

あなたの声をお聞かせください

快整体院では、お客様の声を募集しています。安全で即効性のある施療により、身体がラクになる喜びと感動を提供することをモットーに、日々励んでおりますが、皆様に整体の良さをお伝えするのに、実際の施療を受けられたあなた様の率直なお声が、何よりの力となりました。今後の参考になります。当院の感想や他の治療院との違いなど何でも結構です。お気づきの事を文でもイラストでもご自由にお書きの上、お送り下さいますよう、よろしく願いいたします。

去年の10月に突然左足が重だるくなり、だんだんとシビレと痛みが強くなり普通に歩けなくなりました。病院でレントゲンを撮ってもらって、腰の背骨の間が狭まっているということでシップ薬と痛み止めをもらい、けん引の治療をしばらく続けましたが痛みは変わりませんでした。たまたま知人の紹介で「いい整体院があるからたまされたと思って行って見たら。」ということこちらにお世話になりました。先生は「だいたい10回前後でラクになると思いますよ」とおっしゃいました。実際には5回でだいぶラクになり、12回でシビレもきれいにとれ、あの耐えられないほどの痛みも消えて本当に助かりました。ありがとうございました。

- ・施術のペースは、週に2~3回で、1日か2日の間を空けます。回数は5回~15回が、目安となります。
- ・日常生活では、前傾(まえかがみ)姿勢などの、つらくなる体勢での作業は絶対に行わないで下さい。
※施術後、少しラクだからとか、痛み止めの薬を飲んでラクだから…というのは禁物です。
- ・症状が改善されていく途中で、まれに痛みが強くなったようになる事がありますが、筋肉や骨格が正しい状態になる過程の反動で起こる事が多い為、心配は要りません。