

マッサージでできること 43 ～症例を参考に～

【肩こりと右手の痺れを訴えていた S さん(40 代男性)】

S さんは、右の手掌に痺れを感じ、整形外科にて胸郭出口症候群の診断を受けました。以前は、経過観察をしながら、症状が増悪する時にはリラクゼーションの施術を受けていましたが、体は軽く感じても、痺れは軽減しませんでした。

施術としては、肩甲骨の動きが出るように、肩甲骨に付着している筋肉をストレッチし、頭頸部の緊張している筋肉をマッサージしたところ猫背や巻き肩ようになっていた姿勢が改善し、下がっていた右肩も左右で同じ高さになりました。



肩甲骨と共に肩の動きも良くなり、痺れも軽減しました。これは、神経(腕神経叢)を覆う筋肉がほぐれたことと、姿勢が改善され、神経への圧迫が弱まったことによるものだと考えられます。

今回の主訴の原因としては、日頃の仕事の姿勢と趣味のギターの影響が考えられました。そこで、適応する肩や首まわりのツボに、『鍼のシール』を貼った上で、ツボ押しやストレッチといったセルフケアの指導を致しました。(こぼり治療院・神林)

鍼灸のアプローチについて 2

先号において、我々の技術は皮膚を対象とした施術でもあると申し上げました。皮膚を対象としている体表面へ鍼灸やマッサージの刺激を与えることで、生体の各種反射を呼び起こし、症状改善を図れる治療法・理論であります。今回は、その有効性・可能性についてお伝えしたいと思います。

例えば、内服薬で胃腸の負担が掛かっていたり、副作用が強いことで飲み続けにくかったりする場合に、皮膚刺激によるアプローチが選択肢の1つに挙げられ得ると考えます。

皮膚刺激により、大きな血管よりも、特に皮膚直下や筋層といった部位に張り巡らされている、比較的細い血管やリンパ管の流れが良くなるのが分かっています。

血行を改善させることで、薬効成分が標的部位に到達しやすくなり、より少ない分量で効果を出させ、減薬に結び付けられる可能性があるためです。実際、そのような報告も見られます。

現代医学の中で、鍼灸やマッサージの施術を活用することで、患者にとって身体的・経済的に負担がより少ない環境作りのお手伝いができればと思います。

鍼灸やマッサージ、東洋医学についてご興味・ご関心をお持ち頂けると幸いです。何かご質問がございましたら、ご遠慮なくお知らせ下さい。(つくば鍼灸マッサージ師会事務局)

鍼灸での事例紹介 2

【頭痛ではほぼ毎日のように頭痛薬を飲んでた女性】

A さん(30 代後半、女性)は、頭痛薬を手放せませんでした。毎日のように頭部全体が締め付けられるような痛みがあり、その度に薬で紛らわせてきました。以前に比べ徐々に強い効能の薬が必要になっており、最近では効きが悪いと感じつつありました。通院先の病院では、これ以上の強い薬は出せないと言われ、一方で頭痛の原因を調べても分からなかったため、辛い日々を過ごしていました。

知人と体調について話していた中で、そうした様々ある症状には鍼灸が良いと勧められ、来院に至りました。

問診で細かく伺うと、他にガスが溜まりやすい・緊張が続くと喉に詰まった感じが出る・稀に耳に何か塞がったような感じがして聞こえが悪くなることもある、といった不定愁訴が複数みられました。

こうした症状は、東洋医学では「気滞」という病理現象であると考えられ、スムーズに流れるべきものが渋滞したために発症したと捉えます。実際の体としては、頸部や肩甲間部の筋肉や皮膚に緊張が見られることが多く、それが頭痛や他の症状を引き起こしていると捉えられることが多くあります。

施術は、頸肩部の緊張緩和を図り、手足にある“気の巡り”を促すツボに軽い刺激を行いました。初回の施術で著効があり、生理時や大きなストレスがある時以外に頭痛は起こらなくなりました。それ以降は、日頃の養生法をお伝えしつつ、体質の更なる改善に向けた施術を続けています。(つくば草の根はりきゅう院・小池)

最後までお読みいただき、ありがとうございます。
当会や在宅医療マッサージ、東洋医学について、
ご興味・ご関心をお持ち頂きましたら幸いです。

★ご存知ですか?～在宅高齢者助成事業

70 歳以上のつくば市民は、1 回 1000 円を割引かれる助成券を申請できます(自費施術時のみ)。
詳しくは、つくば市高齢福祉課あるいは裏面の鍼灸マッサージ院リストにお問い合わせ下さい。

◆ つくば鍼灸マッサージ師会

平成 6 年からつくば市内で活動している鍼灸・灸・按摩マッサージ指圧の国家資格を持つ同業者グループです。
つくば市において、鍼灸やマッサージ、東洋医学という医療手段を広めるべく、さまざまな形で活動しております。(2019 年 5 月現在、マッサージ師・鍼灸師 計 16 名所属)

発行責任:事務局・つくば草の根はりきゅう院

編集局:こぼり治療院

連絡先は裏面をご参照ください。

◆ホームページ随時更新中!

<http://www.tsukubashikai.com/>



つくば師会

つくば鍼灸マッサージ師会 会員マップ [2019年5月現在]



◆所属会員の治療院

- ① 市村鍼灸治療院
(つくば市二の宮 4-14-5、852-5556)
- ② 国際鍼灸院
(つくば市天久保 1-12-9、851-0118)
- ③ さくらヒーリング・プレイス
(つくば市葛城根崎 68-3、851-0014)
- ④ 塚本鍼灸治療院
(つくば市作谷 125-1、869-0306)
- ⑤ つくば草の根はりきゅう院
(つくば市大角豆 2012-43、859-3648)
- ⑥ 脈状診 大山鍼灸院
(つくば市高見原 1-1-114、828-5181)
- ⑦ リウト鍼灸治療院
(つくば市高野台 2-6-1 B105、836-7000)
- ⑧ からだ元気治療院
(つくば市二の宮 2-12-6 3-B、0120-37-4976)
- ⑨ 磯田鍼灸接骨院
(つくば市上郷 2592、847-3155)
- ⑩ 稲荷前はりきゅう整体院
(つくば市稲荷前 27-11、050-3559-4189)
- ⑪ こぼり治療院
(つくば市横町 368-5、869-9979)
- ⑫ つくばの“のんき”治療院
(つくば市千現 2-11-11-105、070-2668-1551)

※要予約の治療院もあるため、営業時間等については、お問合せ下さい。

※会員マップには、了承の得られた治療院のみを掲載しています。

◆鍼灸マッサージ師とは？

正確には、「はり師」「きゅう師」「あん摩マッサージ指圧師」の3つの国家資格に分けられています。それぞれ、厚生労働省指定の専門学校・大学で、3～4年を掛けて、解剖学・生理学・病理学・リハビリテーション医学・東洋医学概論・臨床論を学び、臨床実習等を経て、国家試験に合格して得られる国家資格です。

はり・きゅう・あん摩マッサージ指圧の施術は、いずれも、ツボと呼ばれる部位や、皮膚表面の圧痛(押し痛い点)、硬結(コリ)、凹み、乾燥、熱感等に対して、それに応じた多様な刺激を行うことで、人の体の持つ自然治癒力を高め、健康状態を維持したり、改善・増進させる刺激療法です。

腰痛・膝痛・頸肩部痛や神経痛などの運動器疾患には、症状がある局所への施術により、愁訴が軽減される効果があり、古来より施術の良さが知られております。全身の血行を改善させる効果があるため、便秘やむくみ、疲労改善、不眠、冷え、頭痛などの症状にも効果的で、WHO(世界保健機関)でも、運動器疾患以外の多くの疾患に効果があることが認められています。