

マッサージでできること 45

【施術と運動療法により呼吸と姿勢が良くなりました】

間質性肺炎のある N さんは、咳き込みと呼吸苦があり、円背姿勢が著明にみられます。施術開始当初のバイタル測定では、脈拍と1分間の呼吸数が多く、努力呼吸に関係する筋肉の緊張が顕著でした。

施術は、肩背部・胸腹部・頸部の筋肉に対するマッサージと、胸肋関節や肩甲帯の運動療法などを約1ヶ月続けたところ、徐々に咳の回数が少なくなってきました。施術後のバイタル測定では、脈拍と1分間の呼吸数が少なくなり、「身体が気持ち良く温まる」「呼吸が少し楽になる」と喜んで頂けております。

日常生活上の注意点としては、Nさんの体格に合ったイスをご利用されるようにアドバイス致しました。座面の高いイスに腰掛けると、身長によっては、踵が浮いて→骨盤が後傾し→円背姿勢になってしまいます。円背が増強すると、胸郭の動きが悪くなり、十分な呼吸が妨げられてしまいます。「毎日の生活動作の積み重ねが、身体に影響しているのかもしれないね」とNさんは前向きに受け止めてくれました。昨今つくば市では、高齢を理由に若い世帯に呼び寄せられて同居される方が増えてきております。背が高く、手足の長い若い人の生活の中に入りますので、身体に合ったイス選びも大切ですね。(つくばの”のんき治療院”・谷島)

コラム～東洋医学の考え方

実は鍼灸マッサージには、“流派”と呼べるほどに、人体の捉え方や施術法に多くの違いがあります。この業種を理解し難くする大きな要素であると同時に、逆にうまくハマれば西洋医学では改善しにくい症状や病気でも、比較的容易に寛解あるいは治癒するケースがあります。

考え方の一つの例として、**頸肩凝りが脳との血行を阻害する**ということがあります。

静脈は、主に筋肉の力を借りて心臓に戻ります。頸肩部の筋緊張があると、筋肉の収縮が不十分であることから、脳から心臓に戻るはずの血液も戻りが不十分となり、頭部に血液が鬱滞するという考え方ができます。その結果、頭痛・めまい・耳鳴り・鬱症状・自律神経失調症などの主に頭部を中心に起こる症状が起こり得る、と考えます。

原因が明確に定まらない症状に、鍼灸マッサージが有効であるケースは多くあります。西洋薬との併用もできるケースも多いので、こうした事例を知って頂き、少しでも多くの市民の悩みに寄り添うことができれば幸甚です。(草の根・小池)



鍼灸事例 4

【鍼灸師を持ったケアマネジャーが経験した鍼灸の事例】

Sさん(男性・62才)は、30年弱前の脳出血後から左半身麻痺があり、4年前に閉塞性動脈硬化症・慢性腎不全で人工透析となり、2年前には心筋梗塞でカテーテル治療を行いました。現在、要介護度は「3」です。

日常生活は、独居で過ごされており(離婚歴あり)、他県に住む妹さんと娘さんが時々来訪されます。屋外では車椅子、室内では車椅子あるいは杖で移動をしています。

私は、鍼灸師の資格を持ちながら、ケアマネジャーとして活動しており、Sさんと関わりを持ちました。この方は、片麻痺に加え、透析や他の症状の医療的な管理、住宅環境の整備、生活保持、衛生面などのサポートを必要とされています。

最近になって、左手がパンパンに浮腫みだしました。物書きが長くなり運動不足から来るものと診断を受け、介護保険によるリハビリと医療保険による鍼灸治療を週1回ずつ行うように主治医から指示されました。

パンパンとなった左手の浮腫みは、鍼灸治療を2週間ほど行うと改善されました。Sさんは、運動療法との相乗効果で功を奏したと感じていると仰いました。また、拘縮から来ていると想像される上肢の緊張も一部緩和され、喜ばれています。



Sさんの場合は、以前に腰痛で鍼灸の経験があったため、スムーズにサービスが導入されました。体験の有無で、鍼灸導入に障壁が有り得ますが、透析の肉体疲労回復や残存機能維持向上に有効とみられる鍼灸施術は、今後さらに充実させていけると期待しています。(磯田鍼灸整骨院・磯田)

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。

◆ 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7月現在、マッサージ師16名・鍼灸師11名:計18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7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、070-4222-7343)
- ⑬ つくば花室統合療術センター
(つくば市上ノ室 2023-9、895-8378)

※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。