

腰痛治療

保存版



—腰痛治療のポイント—

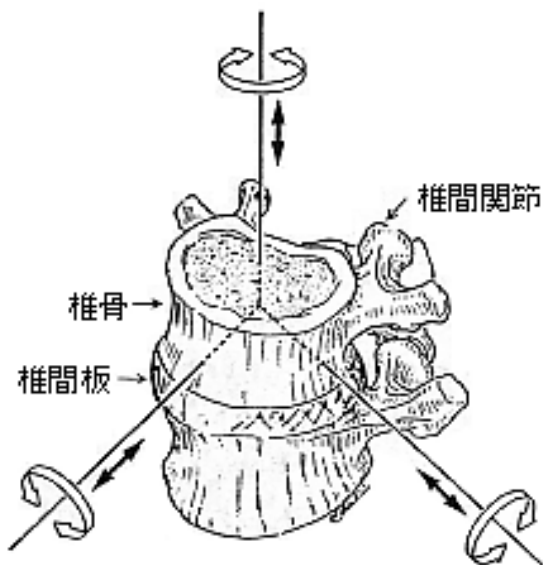
東洋鍼灸院



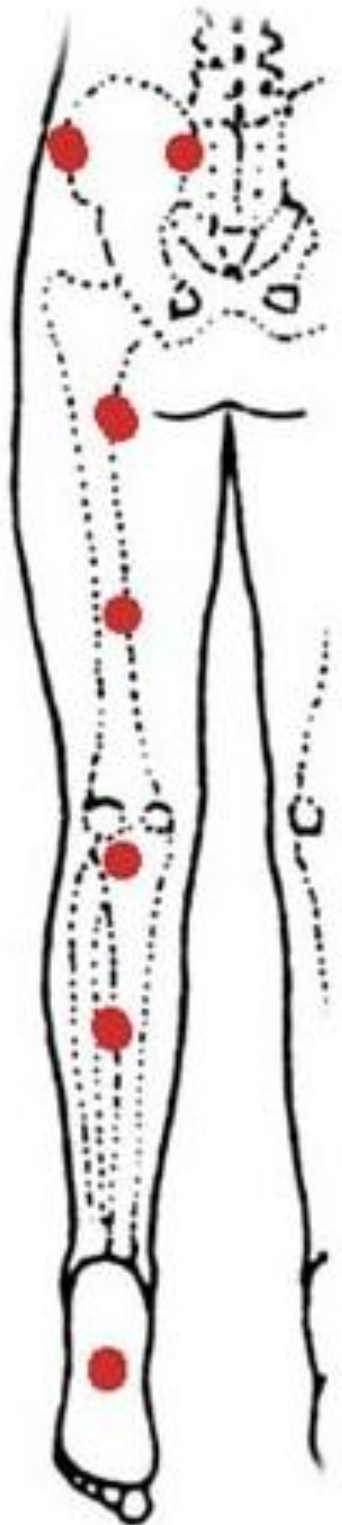
腰痛の原因



	原因	check
1	脚の異常	
2	姿勢や背中中の異常	
3	お腹の異常	
4	ストレス・不眠	



1. 脚の異常



軽い場合ですと8回ほどの治療で良くなるケースが多いです。

点は鍼や灸のツボの位置です。

坐骨神経の経路を刺激していきます。

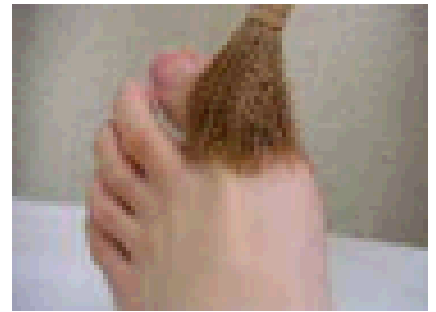
坐骨神経の検査



皮膚温測定



膝蓋腱反射



皮膚感覚

脚の治療



坐骨神経の通り道を緩めます。



ふくらはぎ



よく痛みの出る足の三里に刺激を与えます。



坐骨神経をストレッチします。



ストレッチ

2. 姿勢や背中 of 異常

姿勢が悪かったり、背骨に問題があったり、年と共に腰が変形してきいたりすると、やはり腰痛の原因になってきます。

背中 of 筋肉を緩める治療法を紹介します。

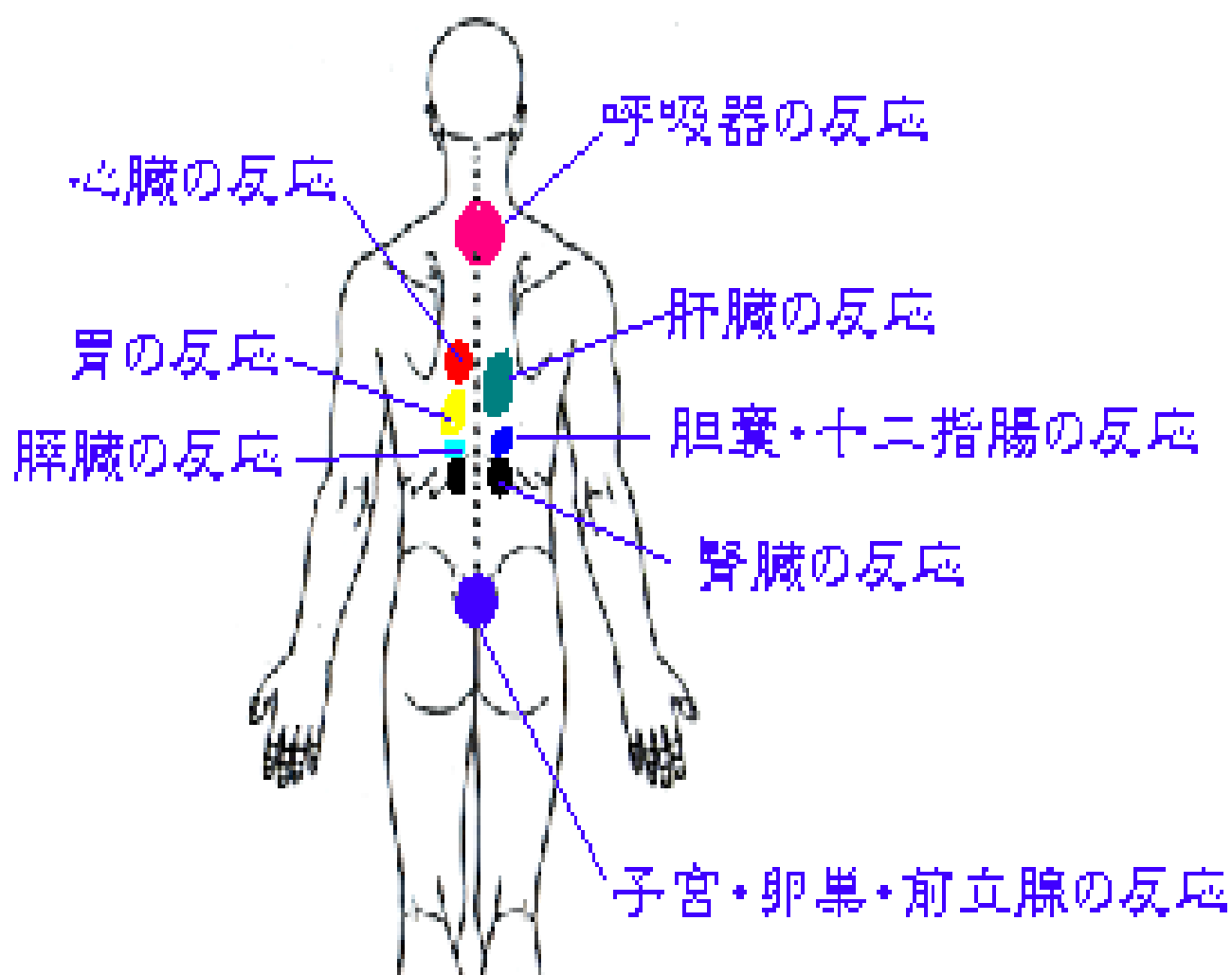


腰 of 矯正

背中 of 矯正



背部臓器代表点



キネシオテーピング



キネシオテープは加瀬建造先生が考案なさった画期的なテープです。テーピングというと、以前は固定するという考え方でしたが、キネシオは「動かしながらリンパの流れを良くして痛みを取る。」という逆転の発想のもとに生まれました。

さらしやベルトで骨盤固定



鍼灸・温灸・吸角治療



吸角



鍼



灸



温灸

3. お腹の異常

腰痛の原因で意外と知られていないのが、お腹の異常です。

胃の痛みや便秘・下痢、腎臓結石、その他子宮筋腫などの婦人科病でも腰に影響が出ます。

特徴的なこととして、おへその周りを調べて右側か左側のどちらかが硬い場合は、同じ側の腰が痛くなる場合が多いです。

例えば、少し便秘気味で左のおへその横が硬い場合は、左側の腰に痛みが出やすくなっています。こういう場合の腰痛は先ず便秘対策を取る必要があります。

腰痛治療だけではまたすぐ痛くなってしまい、根本的に治せません。

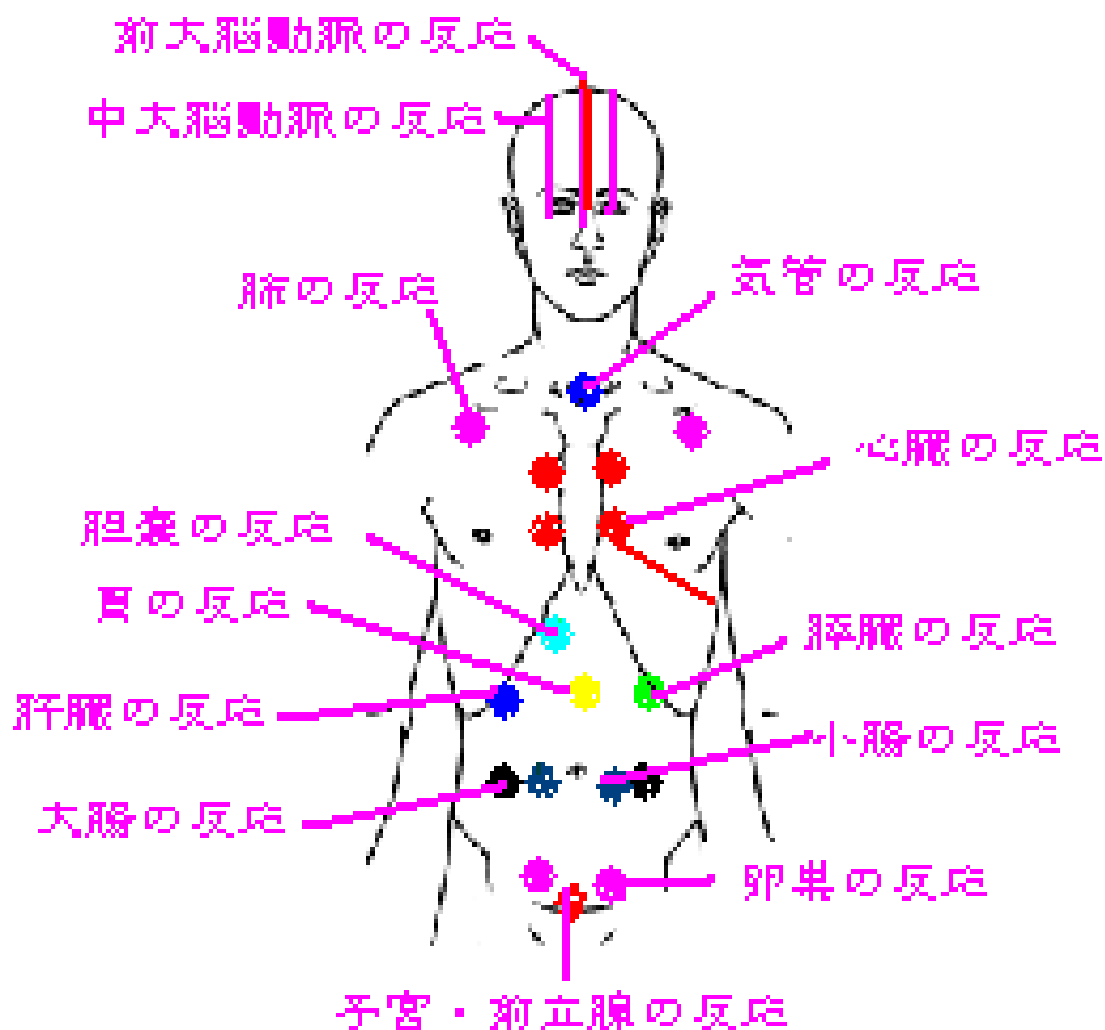
胃痛や冷え症などでも同じです。まず専門家に内臓の様子を診ていただき、その対策の後で本格的に腰痛治療を考えた方が結果的に早く治ります。

按腹治療

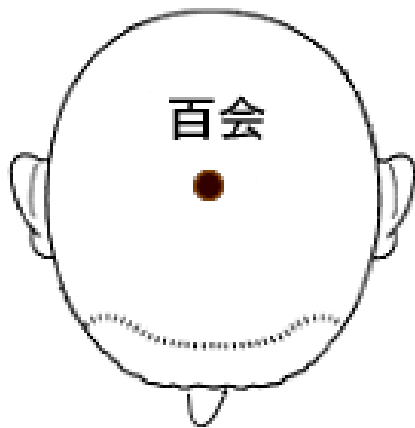


女性の場合は生理の前後で出来
ませんので、ご注意ください。

腹部臓器代表点



4. ストレス・不眠



ストレスや不眠が続くと頭に良く反応が出ます。左の図は頭を上から見たところです。下が前で上が後です。特に反応の出るところを示しました。

ひどい方になると、ぶよぶよした感じになってきます。

よく使うツボは「百会」です。耳の線と正中線の交点で、少しくぼみがあり、押すと痛気持ちいいところです。

頭のマッサージ



首の後ろのツボ

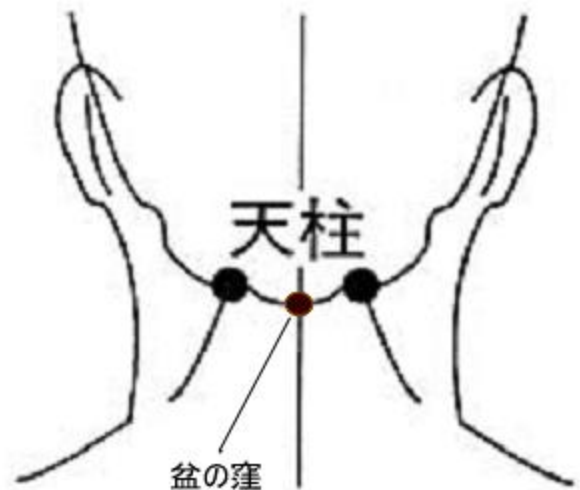


完骨

乳様突起 (耳の後の突起物) 中央の後方で、
髪際を4分入ったところ
の陥凹部

天柱

盆の窪 (ぼんのくぼ)
の外方1寸3分、後
髪際、僧帽筋腱の
外側



当院地図



営業時間 金曜定休

電話受付: 朝10時~夜11時
院内治療: 朝11時~夜10時



〒140-0004

品川区南品川2-11-4

東洋鍼灸院

0120-489-891

03-3474-5559

www.489891.com