

ご近所の お医者さん

633

大阪東市 柴田敏弥さん 副院長 柴田病院

仙腸関節障害による痛みやしびれ

骨盤を形成する左右一対の腸骨と仙骨をつなげている関節を「仙腸関節」といいます。この関節は身体の動きに応じてわずかに動きます。何らかの原因でこの関節の動きが制限されることを「仙腸関節機能障害」といい、腰痛、関節痛を起こします。

ある人でも痛みを自覚していない人が多いことなども考えますと、必ずしもMRIやレントゲンの所見が症状と関係しているといえません。痛み・しびれの多くは、「仙腸関節機能障害」によると思われる。

や、反対に身体が沈むような柔らかいベッドの使用を避ける——などに気を付ける必要があります。

仙腸関節機能障害による痛み・しびれは、関節の動きの制限が原因のため、消炎鎮痛剤は効果が無いか、あっても限定的です。安静を保つことで治ることが多いですが、痛み・しびれが治まらない場合は、関節の動きの制限を改善させる手法の一つとして、「関節運動学的

運動学に基づく治療を

節運動学的

一方、腰痛などの自覚症状がない人にMRI（磁気共鳴画像化装置）検査をしたところ、約80%にヘルニアが認められたことや、レントゲン検査で膝に変形が

筋、靱帯などで全身の骨、関節はつながっているため、仙腸関節の動きの制限は全身の関節の動きに影響します。そして、影響を受けた関節の動きに制限が起これば、その関節に痛み・しびれが起きるといわれます。

アプローチ（A K A博田法）による治療が効果的です。A K A博田法は、身体に起こる神経の反応と機能を考慮しながら徒手治療法です。痛み・しびれの治療だけでなく、脳卒中など神経疾患、骨折、捻挫、整形外科疾患の術後のリハビリテーションでも用いられています。

予防には、関節に負担をかけないように運動やストレッチは控えるようにし、重いものはゆっくり持ち上げる▽長時間同じ姿勢を続けないよう、時折足を組むなど姿勢を変える▽硬いベッド

を組むなど姿勢を変える▽硬いベッド

痛み・しびれでお悩みの方は、この治療を試されることをお勧めいたします。



予防には、関節に負担をかけないように運動やストレッチは控えるようにし、重いものはゆっくり持ち上げる▽長時間同じ姿勢を続けないよう、時折足を組むなど姿勢を変える▽硬いベッド