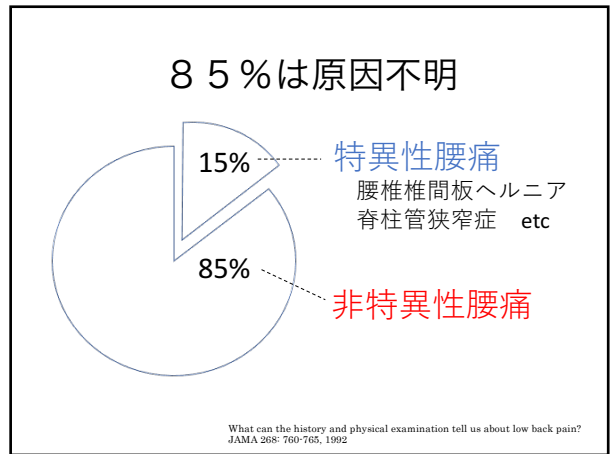
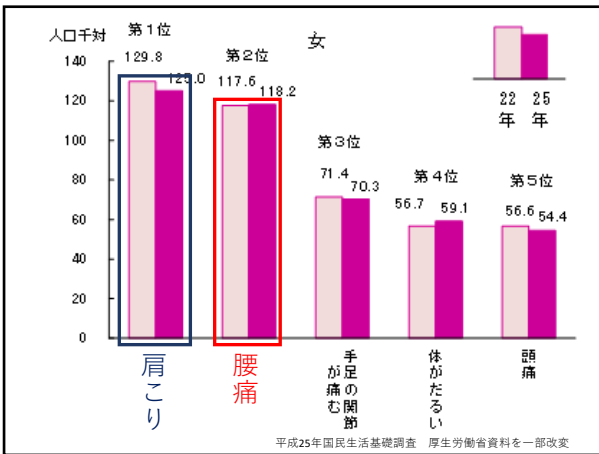
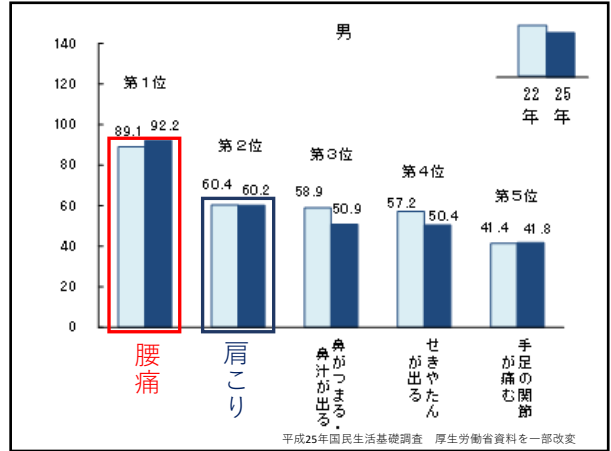


一筋縄ではいかない 腰痛・下肢痛症例

総合南東北病院
理学療法士
佐藤純也



腰が痛くない人の 76%はヘルニアだった！

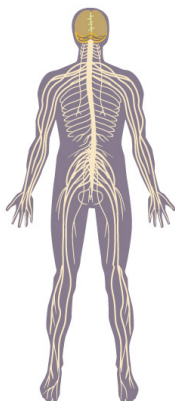
- ① 「腰痛のある」 椎間板ヘルニア患者
- ② 「腰痛のない」 健康な人

↓
MRI検査
76%にヘルニアあり！

1995 Volvo Award in clinical sciences. The diagnostic accuracy of magnetic resonance imaging, work perception, and psychosocial factors in identifying symptomatic disc herniations. Spine.1995 Dec 15;20(24):2613-25.Boos N,Rieder R,Schade V,Spratt KF,Semmer N,Aebi M.



神経の連続性



組織の分類

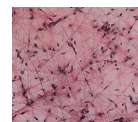
結合組織 上皮組織 筋組織 神経組織

身体のどの組織？

筋膜 関節包 靭帯 腱 脂肪 etc

中身はどんな感じ？

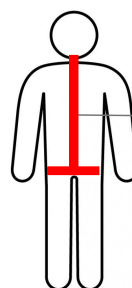
細胞
細胞外 (線維と水)



結合組織の治療

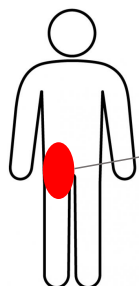
- やわらかい位置にもっていく
- あたためる
- ゆらす

1-3回介入



頸椎
胸椎
腰椎
仙腸関節

4回目介入



追加
鼠径部
腸腰筋周囲

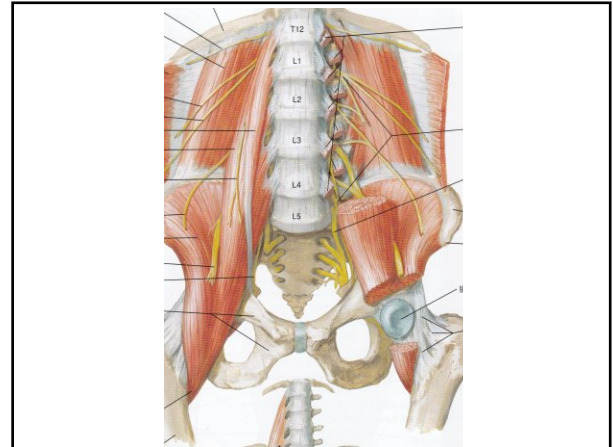
Point

既往歴大事

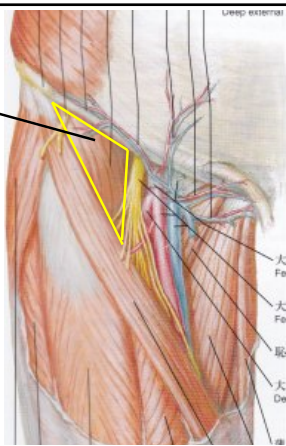
痛みを追わずに機能を追うこと

ここはOKという判断ができること

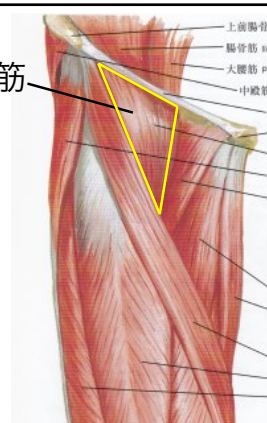
腸腰筋 (を囲む結合組織) アプローチ



腸腰筋



腸腰筋



慢性痛の診療

生物学的モデル

biological model

心理学的モデル

psychological model



生物心理社会モデル

biopsychosocial model

破局的思考

痛みの情動体験を否定的に捉える思考

PCS Pain Catastrophizing Scale

質問項目：5択13問

反芻：痛みのことをあれこれ繰り返して考えてしまう

「痛みが消えるかどうかずっと気にしている」 etc

拡大視：痛みの脅威性を増幅してしまう

「痛みがひどくなるのではないかと怖くなる」 etc

無力感：痛みに対して無力を感じる

「痛みはひどく決して良くならないと感じる」 etc

痛みの定義

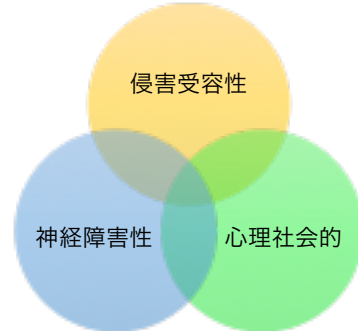
実際の組織損傷や潜在的な組織損傷に伴う、
あるいはそのような損傷の際に言葉として
表現される、「不快な感覚かつ感情表現」

国際疼痛学会IASP



- ①侵害受容性
- ②神経障害性
- ③心理社会的

痛みのモデル



慢性痛の捉え方

複雑系 Complex systemとして捉えるべき
痛みの各要素を対象とした治療を施行しても効果は
少ないであろう

北原雅尚, 複雑系としての痛み. ベインクリニック 32:477-478, 2011

統合的運動生成概念, featuring 慢性腰痛

