



古川ぶんと
ソフィア整骨院 院長

筋連結による痛みの連鎖

今月号の痛みの相談は「知らず知らずのうちに痛みの範囲が広がってしまった」というもの。はたして、この症状にはどのように対処すればいいのだろうか。さっそく、ソフィア整骨院の古川ぶんと先生に聞いてみた。

Q 以前から五十肩の症状があったのですが、最近ではその痛みが首や腕にも広がっているように感じます。これはどのような状態なのでしょうか。

A 通常、筋肉は骨から骨へ付着しますが、実は骨だけでなく筋肉同士が連結して接続しているケースも数多くあります。それを解剖学的に筋連結（マッスルチエイン）といい、今回はその筋連結を介して痛みが広がっているのだと思われまます。

つまり、ある筋肉がこわばってしまふと、その筋肉に連結しているも一方の筋肉にも悪影響をおよぼしていくのです。もちろん、これは肩にかぎったことではありません。たとえば、股関節において臀部と太ももは筋連結しているため、臀部の異常が太ももにも広がっていく恐れがあるのです。

Q すでに他院で治療を受けているのですが、なかなか効果が出ません。ソフィア整骨院ではどのように治療していくのでしょうか。

A 筋連結による痛みの場合、まず痛みや違和感がある部位を「面」で治療していく必要があります。そして、治療を重ねていくなかでふるいにかけ、痛みの根本

箇所を探し出し、「点」に絞って集中的に治療していきます。

Q 痛みが治まるには時間がかかるのでしょうか。

A 筋連結による痛みは筋肉の悪い状態が慢性化し、こじれてくると生じます。そのため、痛みの根本部位を見つけることができて、その治療には通常よりも時間と根気が必要になります。1回や2回の治療で効果を出せるわけではないので、短期的な成果に一喜一憂せず、10回を一区切りと考え、中長期的なスパンで治療の成果を見極めるようにしてください。また、筋連結による痛みの治療には、筋肉の構造に関する知識、筋治療の技術力、経験が必要になるので、筋肉治療を専門とする治療院に足を運んでください。

Q 今後、このような症状を繰り返さないためにはどのようにしたらいいのでしょうか。

A 痛みを拡散させないためには、とにかく早期治療にかぎります。常日頃から予防を兼ねて筋肉治療を受けるようにするといいでしょう。

「ふるかわぶんと」 1973年生まれ。大学卒業後、柔道整復師の国家資格を取得。厳しき研修生活の後、複数の整骨院で分院長を経験。2006年12月に、痛み専門・筋肉治療専門の「ソフィア整骨院」を開院。



【問い合わせ】

ソフィア整骨院

●〒166-0012 東京都杉並区和田3-58-9

パークサイド東高円寺1F

☎03-3314-1276

http://sophia-seikotsuin.com

イラスト：丸子万葵