

腰痛症（筋筋膜性腰痛症）

男性 63歳 元保険会社支社長

主訴 腰痛

現病歴 5年前仕事で長時間車に乗り、その後腰痛を覚える。整形外科でレントゲンを撮ったが異常なし。2年後に鍼灸院で加療するもあまり効果が無かった。その年私立病院でMRIを撮ったが特に異常は見いだせなかった。来院する1週間前より特に悪くなり、腰痛の他に足のシビレも出現した。特記すべき既往歴は無い。

所見 滑やや遅。L2・3間、L3・4間の椎間が狭小、L4・5間、L5と仙骨の椎間が多少分離。胸鎖乳突筋緊張無し、火穴反応及び腹証も特に無い。

治療 扁桃、胃の気3点、帯脈、そして滑脈処置を加える。これは粘膜消炎処置(商丘、陰陵泉、脊中、脾俞等)。

経過 二回目(5日目)、治療して2日間悪かったが、その後良い。夜間痛は無いが朝方痛む。滑でやや肺実あり。魄戸、膏肓に皮内鍼固定。屈伸に灸頭鍼。

三回目(9日目)、七割方良くなったようだ。同前処置。

五回目(19日目)、朝殆んど痛みを感じなくなる。

六回目(24日目)、腰背全体的に痛みが軽くなった。強く力を入れると少し痛みがある。

七回目(29日目)、昨日畑仕事を2時間して左腰が痛む。扁桃、胃経、帯脈処置に左坐骨処置(大転子周辺、坐骨結節、腸骨陵周辺、仙腸関節いわゆる結合組織活性化処置)。

八回目(35日目)、左腰痛大分良い、右側も痛む。同前処置及び右坐骨処置。その後腰痛軽くなる。

十二回目(86日目)足のシビレ大分良くなっている。滑が消失。

考察 昔と比べ、今は生活が自動化、省力化されて楽になっています。家庭では、掃除、洗濯、食器洗い等。それから職場でも、営業は今はファックスや電子メール、インターネットで用が足りたり、ビルの中はエレベーターやエスカレーター。買い物はクルマ、TVショッピング、通販……。私たちの筋肉はいつのまにか頼りないものになってしまっているのです。

腰痛は大きく3つに分けられます。

1)骨や筋肉、靭帯に関係したもの。

2)内臓に原因があるもの。

3)心に問題があるもの。

ここでは、2)、3)、は割愛して、1)の骨や筋肉、靭帯に関係した腰痛をみてみます。腰痛の原因となる主な疾患からこの患者はどれに該当するかを探ってみます。

腰痛症(筋筋膜性腰痛症を含む)

じわっとした痛みが腰部にあり、それが時々強くなるがいつのまにか楽になるようなものをいい、他の病気がなく、腰痛だけが主な症状です。これは、日常生活において、姿勢が悪いために背中が丸まっていると重心が後ろになり、そのため、姿勢を安定させようとして腰椎の前弯が増強され、脊柱起立筋の収縮や硬化で血流障害がおこり、発痛物質(ブラジオニン)が蓄積されて痛みが出る。

ぎっくり腰(急性腰痛症、腰椎捻挫)

何かしようとして体をちょっと動かしたとたん、腰がギクツとして、急に強い腰の痛みがでて、そのまま動けなくなったり、横になっても痛くて寝返りも出来ない状態。筋肉、靭帯や椎間関節の捻挫。

腰椎椎間板ヘルニア

椎間板の髄核がその周囲の線維輪に生じた裂け目を通して後方へ飛び出し、腰髄神経根を圧迫して、腰、下肢痛やしびれができる疾病。

変形性腰椎症

老化によっておこる骨や軟骨の変形で、骨棘ができて神経を圧迫する。

脊柱管狭窄症

椎体の後ろの骨のトンネルである脊柱管が、椎骨の肥厚や骨棘あるいは周囲の靭帯が厚くなって脊柱管が狭くなり、脊髄神経を圧迫する。

腰椎分離、すべり症

脊椎が椎弓のところで分離(骨にひびが入る)し、不安定になっている。さらに椎体が前方にずれているのがすべり症で、階段変形がみられる。必ず痛みが出るとは限らない。

長時間座り続けると、人は誰しも全身の筋肉を緩め、イスの背に腰を斜めに傾けてもたれるように座ってしまう。そのため、腹に力が入っておらず、腹筋が弱まると腰椎をお腹の側で支えられないので、脊椎や腰部の筋肉、靭帯の負担が大きくなり、腰痛がおこり易くなる。

この患者は長時間、クルマに乗った後から腰痛を訴え、レントゲンやMRIも異常がありません。腰椎所見では上位腰椎が狭窄、下位が分離をおこしているようです。足のしびれは下位腰椎に該当しますから、腰痛症並びに分離症ではないかと思われま

す。このような所見に対して、脈状は滑やや遅。遅は慢性を意味し、当患者の病状は4年半にも及んでいます。滑は粘膜の炎症ですが、おそらく筋膜の炎症ではないかと思えます。治療を始めて2ヵ月半で、この滑が消失し、足のしびれも大分楽になっております。

胸鎖乳突筋緊張や火穴及び腹証も特にないということは、過去に大きな病気をしていなくて、現在も当症状以外、悪いところはあまりないということの意味しています。つまり症状は長いが、治る条件が揃っていたわけです。

治療のポイントは帯脈と滑脈処置です。つまり、長野治療システムからみれば、筋肉系と免疫系です。特に帯脈についてですが、某大学の体育学の専門家が「体幹屈筋群(腹筋、大腿二頭筋等)と体幹伸筋群(脊柱起立筋、大殿筋、腸腰筋、大腿四頭筋等)のバランスが崩れると脊椎特に腰椎が曲がって腰の筋肉への負担が増大し、腰痛をひきおこす」といっています。

人間の体を側面から見ると帯脈はこれら2つの筋肉群の中央に位置しています。この穴がこれら筋群のバランスをとるポイントになり、そしてねじれと共に体幹筋群の屈伸にも大いに関係しているのではないのでしょうか。