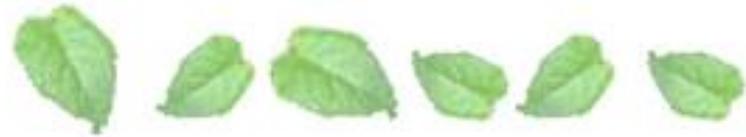


# 腰痛で整形外科を受診してからの行動



## ❖はじめに

### 【推奨環境】

このレポート上に書かれている URL はクリックできます。できない場合は最新の AdobeReader をダウンロードしてください。(無料)

<http://www.adobe.co.jp/products/acrobat/readstep2.html>

### 【著作権について】

このレポートは著作権法で保護されている著作物です。  
下記の点にご注意戴きご利用下さい。

このレポートの著作権は作成者に属します。

著作権者の許可なく、このレポートの全部又は一部をいかなる手段においても複製、転載、流用、転売等することを禁じます。

このレポートの開封をもって下記の事項に同意したものとみなします。

このレポートは秘匿性が高いものであるため、著作権者の許可なく、この商材の全部又は一部をいかなる手段においても複製、転載、流用、転売等することを禁じます。

著作権等違反の行為を行った時、その他不法行為に該当する行為を行った時は、関係法規に基づき損害賠償請求を行う等、民事・刑事を問わず法的手段による解決を行う場合があります。

このレポートに書かれた情報は、作成時点での著者の見解等です。著者は事前許可を得ずに誤りの訂正、情報の最新化、見解の変更等を行う権利を有します。

このレポートの作成には万全を期しておりますが、万一誤り、不正確な情報等がありましても、著者・パートナー等の業務提携者は、一切の責任を負わないことをご了承願います。

このレポートを利用することにより生じたいかなる結果につきましても、著者・パートナー等の業務提携者は、一切の責任を負わないことをご了承願います。

## もくじ

- 1 : 腰痛で整形外科を受診し検査を受けた結果..... 4
- 2 : 基本的な身体の仕組みについて..... 10
- 3 : 中国医学からみた身体の仕組みについて..... 17
- 4 : 整形外科で腰痛診断後の4つの行動指針..... 23
- 5 : 整体からみた身体の仕組みについて..... 31

## ❖ 1 : 腰痛で整形外科を受診し検査を受けた結果

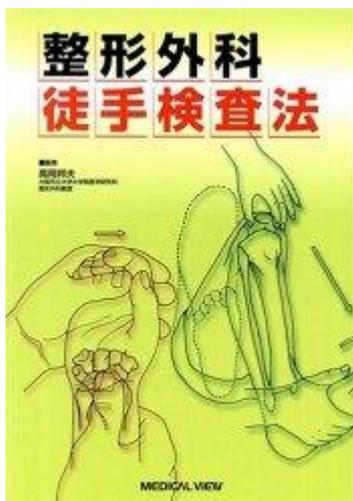
ひどい腰痛の場合には、必ず整形外科を受診しましょうという事は、前回書きました。

そして、今回は、整形外科で受診した時に何を基準に、どう行動すればいいのかを書いていこうと思います。

まず、大抵の整形外科は、腰痛と聞いた瞬間から、レントゲン撮影を指示します。

ところが、本来の整形外科は、徒手検査というものを行います。

徒手検査はこちらを参考にしてください。



### [整形外科徒手検査法](#)

徒手検査とは、医師の手を使って、患者さんの患部を中心に様々な検査法を取り、どこが疾患部位でどのような状況なのかを知る手段です。

そして、この徒手検査の結果、どこにどのような画像診断が必要になるのか判断できるようになるのです。

従って、この徒手検査後に画像診断、もしくは、画像診断後に画像を見ながら徒手検査を行う医師は、ある程度信頼

できるので、医師の言葉にできる限り耳を傾けるようにしましょう。

このようないい先生に出会うことは、非常にまれで、徒手検査どころか患部さえも触らない・見ないという医師も増えてきているようです。

まず、徒手検査をしない医師のところにはいかないということが重要なのですが、それは、電話であらかじめ確認しておく必要があります。

そして、万が一、徒手検査をせずに、画像診断だけで、レントゲンの結果を見て、〇〇と診断されたところで、医師が行うのは、湿布や鎮痛剤を出す程度。

リハビリ施設が整っている病院であれば、電気治療や牽引、

マッサージなどを受けるように言われます。

軽い症状であれば、このようなリハビリ（理学療法）でも改善できるのですが、このメルマガを読み、整形外科を受診するぐらいの症状であれば、整形外科のリハビリでは、何年経っても治りません。

ただし、徒手検査を行い、リハビリメニューもしっかりと作成してもらえそうな整形外科であれば、そのメニューをしっかりこなすことで、早い時期に改善することができます。

さて、頭の中がぐちゃぐちゃになってきているところで、少しまとめます。

まず、整形外科を受診する前に、できるだけ、「徒手検査」

を行っているかどうかの確認が必要です。

できるだけ徒手検査をしっかりと行ってもらえる病院を探し受診しましょう。

今は何ともなくても、何らかの痛みで苦しむ時が来るかもしれないので、念のためにも、近所の整形外科に電話をして、確認しておくといいかもしれません。

そして、徒手検査と画像診断の結果、どのような診断であれ、しっかりと診断してくれる病院であれば、信頼し通院する。

もし、徒手検査のない病院へ行ってしまった場合には、診断結果が重要になります。

1. 即手術が必要です
2. 大学病院で精査をお願いします
3. ○○でしょうと診断
4. 異常なし

大抵は、この 4 つの結果のうちどれかに当てはまると思われます。

ということで、次回、上記をそれぞれ細かく説明していきます。

## ❖ 2 : 基本的な身体の仕組みについて

基本的に健康になるとか、病気を治すとかといっても、自分自身の身体のことを理解していなければ、何をどうすればいいかなんて考えられるはずありません。

ということで、今回は、基本的な身体の仕組みについて考えていきましょう。

### 西洋医学的な身体の仕組み

まずは、西洋医学的な身体の仕組みについて考えます。

端的に言うと、

### 細胞の塊

となります。

この細胞の塊が、内臓を作り、筋肉を作り、骨を作り、大きな人体となり、脳も生まれ、意識と感情が芽生え、行動を起こし、コミュニケーションを起こすことも繁殖することもできるようになります。

大きく分けると、

1. 脳から始まる神経系
2. 心臓から始まる血管系
3. 各種内臓
4. 筋肉
5. 骨
6. 血液
7. リンパ液・リンパ管

8. 皮膚

9. 脂肪

このようなものの塊が、人間です。

そして、脳と心臓が停止した状態を**死**と定義づけています。

心臓が働き続けている間は、血液が流れ、死ぬことはない。

脳が働き続けている間は、何かが機能している証拠なので、  
死んではない。

脳からの指示で、筋肉が動き、その結果骨が動き関節運動  
が可能になります。

皮膚や脂肪は、体外の環境で体内を狂わせないように、身

体を守るバリアの役目。

筋肉が動き骨が動かされ、骨に刺激が入り、血液が生まれます。

口から食材を取り入れ、胃腸で細かく消化し、その中から、体内に必要な栄養素を、胃腸の壁を通し、血管内の血液へと栄養を乗せます。

その栄養が、心臓の力で、全身に送り届けられ、各細胞にたまった疲労物質や老廃物と、その細胞まで運んできた新鮮な栄養素を交換し、新陳代謝が生まれ、元気が溢れていきます。

そして、老廃物や疲労物質を乗せた血液は、筋肉の運動によって、心臓へと送り戻され、肺に入り、不要なものと必

要なものに、再交換され、再度心臓へ。

そして、また新鮮な血液が心臓から流れ、胃腸から栄養をもらい、全身へ。

このような流れを持ちます。

腸内で必要な栄養素と判定されなかったものは、不要なものとして、糞便の形に、固められ、直腸にたまり、ある程度たまったら、排便を行うということを行っています。

何か病原菌が入ってきた場合には、血液やリンパ液が、体内に入り込まないように戦います。

その結果が、発熱や膿だったりします。

体内の大半は、細胞を守るために、水で覆われています。

その水は、ずっと体内を巡っているだけでは、古くなるので、必ず腎臓にたまり、そこで濾過され、水分の中から体内に不要なものを取り除き、体内に必要な水分だけを再利用するというを行っています。

この不要なものが腎臓から膀胱に流され、ある程度たまったら、排尿するというをしています。

大きく語るとこのような感じですが、体内の仕組みに関しては、医学部でも鍼灸学校でも、1～2年かけ、解剖学や生理学などから学んでいきます。

ですので、このメルマガ上で、もっと細かく書いていくと、解剖用メルマガと、生理用メルマガに分け、毎日配信し、1

年間コースというぐらい、大変な内容になります。

けれど、あなたは、そこまで学ぶ必要はありません。

なぜなら、治療家を目指しているわけではないからです。

もし、治療家を目指しているのであれば、この程度のメルマガで、勉強になると思ってもらっては困ります。

もっともっと勉強しなければならないことが山ほどありますので、治療家を目指しているのであれば、積極的に私を利用していただいてもいいですし、他の勉強方法を考えるといいかなと思います。

次回は、中国医学からみた体の仕組みを書いています。

## ❖ 3 : 中国医学からみた身体の仕組みについて

本来、東洋医学と書いた方がいいのかもしれませんが、東洋医学は、中国医学以外にも、インド医学やチベット医学など、多くの医学をまとめていっているのです。ここでは、中国医学で見る身体の仕組みについて考えます。

### 中国医学からみる身体の仕組み

中国医学（中医学）では、基本的に、陰陽論と五行論というものから、考える必要があります。

[陰陽論](#)

[五行論](#)

上記の内容がすべてになるのですが、いかがですか？

理解できるでしょうか？

この陰陽論と五行論を、中心に考えた医学が、鍼灸医学であり、漢方医学でもあるわけです。

従って、この陰陽論と五行論を、理解していなければ、鍼灸や漢方では何をしているのかを理解できないともいえるのです。

ところが、実際問題、鍼灸や漢方の現場では、西洋医学的な鍼灸や漢方が多くを占めていて、患者さんが悩んでいる症状に特化して、鍼灸や漢方を取り入れるということをしています。

ですので、このような鍼灸や漢方では、筋肉や神経、そして病名の会話が中心になります。

しかし、本格的に陰陽論と五行論を取り入れた鍼灸や漢方を行っている先生は、一般の人ではわからない専門用語を、これ見よがしに使いたがる先生が多く、患者さん側はチンプンカンプンの中、患部とは違う攻め手を取られ、信頼できなくなってしまうという流れを持ってしまいます。

ということで、私は専門用語をほぼ使わずに、臨床に当たっている珍しい鍼灸師ともいえるのです。

さて、陰陽論と五行論が、鍼灸や漢方の中心になっているということは理解できたと思いますので、その先を考えてみましょう。

陰陽論で考えると、一つの物体には必ず陰陽両方がバランスよく保たれている。

これが、陰陽論の基本です。

従って、上と下、左と右、前と後、中と外、手と足、背中とお腹など、必ず対比できる部分を持っているということ。

行動に関しても、前に進めば後ろに後退する、上を向けば下を向く、右に回れば左にも回るという感じで、対称的な動きも必ず起こせるようになっているのです。

動けば寝る、食べれば寝る、疲れれば寝る、脳を使っても寝る、病気を治すときも寝るという感じで、必ずリセットするような流れを持っています。

また、すべてのものを 5 つに分類するという考えも、中医学にはあり、それが五行論です。

これは、上記の五行論のリンク先で掲載されている、五行色体表を見てもらえるとわかりやすいのですが、例えば、病気になる季節も 5 つに分かれ、それぞれ病みやすい内臓も分類されています。

食事に関しても、細かく各内臓に必要な栄養素と、その栄養素を取りすぎた場合にやむ内臓がわかりやすく書かれています。

また、時間帯でさえ 5 つに分類されています。

その結果、時間帯による、強弱のある症状の根本原因を知る手掛かりとなります。

このようなことを知ることで、病気予防も原因発掘も、改善策も全て、理解できるようになるのです。

ということから、西洋医学では、人間の身体は、その単体のつくりだけが問題になりますが、中国医学では、身体と生活、そして環境がすべて絡んだものが身体を構成していると考えます。

今回は、整体学からみた身体の仕組みを考えていくことにします。

## ❖ 4 : 整形外科で腰痛診断後の 4 つの行動指針

### 1. 即手術という診断

即手術と言われた場合には、

1. 大きな病院へ移される
2. 即入院の手続きがスタート

このどちらかの流れになります。

その場合、以下の注意点が必要になります。

1. 大学病院での検査がどのような結果になるのか？
2. 初めに受診した病院と、紹介先の病院とのつながり

は？

### 3. 入院や手術の時期はいつなのか？

この内容を踏まえて以下をお読みください。

## 2. 大学病院で精密検査

系列の大学病院を紹介された場合には、診断が覆ることはありませんので、できるだけ、他の大学病院を紹介してもらいましょう。

ただし、徒手検査も画像診断の説明も、すべて納得いく説明をしてもらえた場合にのみ、先生一押しの病院を紹介してもらい、精密検査及び手術という流れに乗ります。

医師を信用できそうにない場合には、必ず、患者側で選ん

で大学病院を受診できるような紹介状を書いてもらいましょう。

そして、大学病院での精密検査となります。

その検査の結果、大学病院でも、即手術と言われた場合には、従う方が無難です。

もし、精密検査で、診断が違っていたら、もしくは、手術を勧められなかったら、整形外科の受診は、そこで終了になります。

要は、手術以外に整形外科へ通うというのは、会社や保険の関係上、整形外科への通院が必要な場合以外には、意味がないのです。

また、手術が前提であっても、しばらくは経過観察、もしくは半年以上先の手術という具合に、それほど緊急を要す

る診断でなければ、医師の指示を無視した方が無難です。

### 3. 診断名がついた場合

ヘルニアにしろ、すべり症にしろ、診断が下りたとしても、即手術という診断結果以外では、整形外科での治療方法では、なかなか完治が難しいものです。

けれど、先にも述べましたが、徒手検査や医師の説明に信頼を置けるような内容であれば、しばらく通院を続けてもいいと思います。

医師の説明に疑問符がついている場合には、次の段階に移りましょう。

整形外科でだめな症状は、

1. 鍼灸
2. カイロプラクティック
3. 整体
4. 接骨院・整骨院

この順番での受診をおすすめします。

そして、目安として、

1. 根本治療も症状治療もおこなう全身的に見てもらえる鍼灸院を探す
2. DC という海外のカイロプラクティックの国家資格を持ち、日本の医師免許も併せ持っている先生を探す
3. 骨の矯正よりも筋肉の調整をメインに行う先生を探す
4. 保険診療の接骨院でありながら、自費の鍼灸や整体を

行っているところを探す

そして、受診前に、必ず電話を入れ、どのような治療を受けられるのか説明してもらおう。

「普通の治療を行っています。」とか、「とにかく体を診てみないと何とも言えないので、すぐに来てください」などと言われるところは、できるだけ避けるようにしましょう。電話だけでも十分に治療の説明やアドバイスはできるものです。

納得いく内容であれば、受診する。

納得できなければ、他院に電話する。

こんな感じで探していきます。

## 4. 異常なしは喜ぼう

診断結果で、「異常なし」とか「原因不明」と言われることがよくあります。

この場合には、診断名がつくほど悪くはないということで、喜びましょう。

とはいっても痛いのは痛いと思います。

ですので、その痛みをとるためには、上記 3 で説明したような、治療院を探し、受診するようにしてください。

基本的には、筋肉や関節が動きにくい状態、もしくは固まって冷えているだけの症状がほとんどです。

従って、筋肉も大事ですが、血流も診断できる先生を探した方がいい場合が多いものです。

このような形で、緊急を要する腰痛に関する行動指針を書いていきました。

もちろん、今回上げたような激痛ではないにしても、腰痛に苦しんでいる人は多いです。

その一つ一つに、確実な回答を述べるのは難しいですし、勘違いして受け取る人もいると思います。

ですので、個別回答が必要な場合には、有料のメール相談

[ピンポイント健康アドバイス](#)

をご利用いただくか、メルマガ内の質問フォームに投稿してください。

ある程度詳しい内容説明をできると思います。

## ❖ 5 : 整体からみた身体の仕組みについて

西洋医学と中医学から見た体の仕組みを書いてきましたが、私が患者さんの体を診ている中で、もう一つの概念があります。

それが、整体学です。

### **整体は＝ザ・自律神経**

といわれてもいいぐらいの概念です。

ただ、整体は、鍼灸のように国家資格ではないので、学校によって学べることに違いがあります。

当然のように知識面と技術面の差が激しい世界でもありま

す。

そして、鍼灸や漢方同様、西洋的な整体をしている先生が多いのも事実。

多くの整体は、

1. 歪んでいるから
2. そこに痛みがあるから

この二つを指針に背骨の矯正を行っています。

しかし、なぜ、歪みを正さなければならないのかということ、考えてみると、自律神経を狂わし、内臓異常を起こしてしまう可能性が高まるからとなるわけです。

当然、痛みの元が歪みとなる場合もありますが、最も重要なことは、内臓です。

なぜなら、歪みや痛みでは、ほとんど人が死ぬことはないからです。

片や、歪みによって内臓をコントロールすべき自律神経が乱れてしまえば、死に直結してしまう病気を発症してしまう可能性があります。

自律神経失調症が強く表れた症状にパニック障害というものがあります。

パニック障害の発作が表れている時に、本人は、死んでしまうかもと考えてしまうほどの恐怖感に襲われます。

けれど、医師は、よくパニック障害では人は死なないと言います。

しかし、パニックになって、川や車に飛び込んだりすることはあるでしょう。

それほど、自律神経が狂うということは、恐ろしいことなのです。

とはいっても、自律神経失調症で亡くなることはないというのは、事実は事実ですので、冷静になる必要があります。

ただ、冷静になれば治るかというと、話は別です。

早目に背骨の状態を安定化させなければなりません。

この背骨の安定を行える可能性があるのが、カイロプラクティックや整体になります。

ただし、先にも述べましたが、日本の環境では、まともな先生を探し出すのが困難です。

背骨を矯正することはできる。

けれど、自律神経や感覚神経を傷付けない方法で、背骨を矯正できるレベルにある先生は極々わずか。

と、思います。

身体は、骨と筋肉で構成され、背骨から出てくる神経により、行動ができ内臓をコントロールしています。

従って、背骨が狂ってしまえば、どんな症状も引き起こせるという考えになります。

その原理は、整体学校やカイロプラクティックの学校で少々学んでいるため、歪みは悪として捉えがち。

とはいえ、歪みは、何かの代償の場合がほとんどです。

どこかに痛みが出れば、かばうのが普通。

かばっていれば歪みは出ます。

しかし、原因は、始めに痛みを感じた場所。

その痛みが出なければかばうこともなかったわけです。

ということから、このような代償による歪みを矯正してしまふと、その代償の歪みが悪いことになってしまい、根本の痛みが取れるどころか、代償の歪みが身体の中心になってしまい、もっとひどいことになってしまう。

このようなこともあるわけです。

と考えると、歪みの矯正は、それほど何か所も必要がない  
ということは何となく理解できるのではないのでしょうか？

整体は、歪みを考える医学ですが、歪みは、骨だけにとどまりません。

皮膚や筋肉も歪みます。

しかし、この軟部組織といわれる場所の歪みを見れるのは、

日本には馴染みのないオステオパシーという方法だけ。

カイロプラクティックの原型とも言われているオステオパシーがもっと普及すれば、安全に骨格矯正をしてもらえるとは思いますが。

けれど、身体の構造を熟知するためには、もっと学びの場が必要だと思います。

整体学は、いい医学ではあると思うのですが、日本医療の中における立ち位置が低すぎて、なかなか重要視されません。

そのため、歪みを見れる医師は、ほぼいないと言っても過言ではないでしょう。

背骨は真っ直ぐにすればいいというものではありません。

何かの代償で曲がってしまっているのを、無理やり真っ直ぐにしてしまったがために、自律神経失調症になるパターンも、私自身多くの体験をしてきています。

ただし、知っておかなければならない考え方だとは思いますが。

# もっと**健康**になるために

もっと詳しい健康情報をご希望の場合には、下記から、  
全102ページ、販売価格1,980円

## あなたの症状が治らない9つの理由

というレポートを**無料でプレゼント**させていただいています。  
このレポートを請求していただいた方は、健康に関する情報が、ご登録のメールアドレスに、毎日届くようになります。  
このレポートとメルマガだけでも、十分にあなたの症状を改善するヒントを得られるような内容になっています。  
こちらから無料で請求できますので、積極的にこの機会を利用してみてください。

レポート請求はこちらをクリック



QRコードからも請求できます。



作者：キュアハウス鍼灸治療院 院長 中村幸生

メールアドレス：info@curehouse.jp

★共に健康になり幸せな人生を歩むための学びをしていきませんか？：「キュアハウスの健康幸生塾」

<http://curehouse.jp/blog/kouseijuku/>

★どの健康情報とも全く違う視点であなたの症状を取り除く教材がそろっている：「キュアハウス健康情報館」

<http://curehouse.biz/>

★原因不明の症状を徹底的に解明し改善法を手に入れることができるブログ：「原因不明の痛みや病気を改善するたった3つの秘訣」

<http://blog.livedoor.jp/curehouse/>

★病院や治療院に何度通ってもなかなか治らない症状を専門とする鍼灸整体治療院：「キュアハウス鍼灸治療院」

<http://www.curehouse.jp/>



このレポートは、医療に頼らずに、自分自身で症状の原因を見つけ出し、病院の無駄な待ち時間の間に、自ら症状を改善できるような知識と技術をつかみ取っていただくためのヒントを掲載しています。

このレポートにより、あなたの将来における不安が少しでもなくなれば幸いです。

株式会社キュアハウス  
キュアハウス鍼灸治療院  
院長 中村幸生