

あなたの“常識”を覆してしまう、『治療院の新常識』

こちらで書かせて頂いている内容は一つの答えであり、事実です。
しかし、ここに書かれてある内容が全てが正解という訳ではありません。
治療院、病院、整形外科に対しての、

1. **あなたが**思っている考えや常識
2. 世間一般の考えや常識
3. **治療院業界**に精通している人の考えや常識

人それぞれで様々な考え方や情報（知識）が錯乱している為、上記の3つの意見にそれぞれ違いが出ると思います。それらの情報を整理し何が正解で不正解かを見極めるのはとても難しいです。

今は情報が簡単に手に入り、情報を整理して自分で自分の身を護る時代が色濃くなっていると考えています。

治療院業界に精通している私だからこそ、あなたが思っている常識、世間の常識を整理した、「良い情報」に触れて頂き、ご自身の健康を護る為の武器にして下さい。

これから書かれている3つの内容は、当院を開院する前に整骨院に勤めて経験した事や、実際に患者さんの声を元に作成しております。

そして自分で情報を得て整理する為に、時間やお金を費やした情報です。
もし、自分以外で大切な誰かがお身体の事で苦しみ、お悩みを抱えているのであれば惜しみなく！この情報も教えてあげて下さいね。

まつした鍼灸整体院 院長 松下昇平

Section1

病院で診断される、『椎間板ヘルニア』『腰椎すべり症』の偽りと真実

■ヘルニア・すべり症と診断された後は、

腰の痛み、肩の痛み等を訴えた際にまず、病院や整形外科へ行かれる方が多いと思います。そこで腰や肩の痛みが3日以上続き、病院・整形外科を受診された際に、Dr.から診断された内容は、

- ・腰骨の4~5番の骨と骨の間隔が狭くなってきていると言われ診断される「ヘルニア」が圧倒的に多いです。
- ・もしくは、腰骨が前（もしくは後ろ）に飛び出している「すべり症」。

だと思えます。

そうDr.から診断を受けたあなたは、大量の「湿布」や「痛み止め」を処方されるもしくは、そのまま病院・整形外科を通院し「牽引」や「電気治療」や「患部への温め治療」を受けると思えます。この治療法で治る方は居られるので完全に否定をする訳ではありません。

では、何故Dr.は「ヘルニア」「すべり症」と診断する事が多いのか？それは、「保険治療」が鍵となります。

■何故、保険がきいた治療が受けられるのか？

日本では大概の治療（医療も）は「保険」がきいた治療です。例えば整骨院では必ず、

- ・いつ（1ヶ月以内で）
- ・どこで（仕事、通勤以外で）
- ・何をしている時に（仕事、通勤以外で）
- ・どこの部位を痛めたか（筋肉の名前）

を患者さんから聞き出して、しっかりとした理由がないと保険治療が受けられません。これらの理由がはっきりしないと「実費治療」になります。

そして病院・整形外科では保険治療を受ける為には必ず「診断名」が必要となります。

腰痛でかかったのであれば「ヘルニア」「すべり症」「脊柱管狭窄症」などの、「骨、が関係してくるような診断です。この「診断名」をつけないと病院・整形外科では保険治療が受けられません。

しかし、「ヘルニア」「すべり症」「脊柱管狭窄症」と言われると、大体の患者さんは怖くなったり不安になったりしませんか？

「私、このままだとうとうなってしまうのだろうか？歩けなくなったり、手術しないといけないのかな、どうしたら良いの？」と思う方は居られると思います。

この記事を見ているあなたは、もう安心して下さい。事実はこちらです、、、。

■偽りの「ヘルニア・すべり症」、90%以上の患者さんが安心できる真実

ヘルニア・すべり症とはどのような状態、症状を出すかご存知ですか？確かにDr.が言うように、骨と骨の間隔が狭くなっている。

とか、骨と骨の間隔が狭くなり神経を圧迫してしまって、、など。

完全にヘルニア、すべり症と呼ばれる症状はこの「**3つの症状**」が出たらと思っていただいて構いません。それは

- 1.自分で排便、排尿をコントロールしてできなくなる
- 2.肛門がピリピリと痺れる感じがある
- 3.足の親指の背屈（上に動かす）が全く力が入らずできない

と言う症状が出てきます。これらを「**レッドフラッグサイン**」と呼ばれます。

そして何より痛すぎて、シビレも強いので歩行が困難になります。自力で歩くのはかなり辛くキツイです。

この3つのレッドフラッグサインに当てはまる方はそういません。皆さんはどうですか？

病院や整形外科でDr.がヘルニア・すべり症と診断するには理由があります。それは、「保険の効いた」治療を受ける為。実費になると大体の患者さんが嫌がります。

もしくは、「手術」を勧めてくるDr.です。上記のレッドフラッグサインに引っ掛かっていたら間違いなく手術はした方が良いと思います。

しかし、そうでないケースが私の経験上90%以上です。今までの10年以上の臨床経験上1人出会ったくらいです。

こうは書いていますが、病院や整形外科を頼る時だって必要です。こちらでは、

- ・Dr.が診察してくれるので何より「安心感」があります
- ・手術はDr.しかできないので、大きな怪我や病気の場合は病院です
- ・画像診断が可能なので、骨や内部の異常を発見できる
- ・交通事故に遭った際には、診断書を作成してもらえる
- ・薬（痛み止めや湿布）を処方できる

です。日本の医療で最高権威のDr.なので、診察をしてもらえるだけでも安心します。治療院では見つかりにくい身体の異常を発見できます。

Section2

あなたの症状が整骨院、マッサージ店では解決しない理由

■結果的に痛みが出ている部位には原因が少ない事実

整骨院、マッサージ店ではまだ痛みが出ている部位をマッサージしたり、電気や温める治療を施しています。「結果的に」その部位に痛いと身体が表現（サイン）を出しているに過ぎません。

例えば、

胃腸の調子が悪くお腹が痛いとします。先に原因を言うと、「食あたり」が原因でお腹が痛いのです。と言う事は、お腹の調子を整える整腸剤を服用したり、消化に良い食べ物を摂る事で改善が見られると思います。

それをお腹が痛いからと言って、お腹を温めるだけしかしなかったり。間違いではないですが回復するスピードが落ちて、処置を誤ってしまうとさらに悪化するケースだって考えられます。

腰痛という症状で例えるなら、

骨盤付近の痛みがあるとします。痛みが出ている部位は結果的に、身体がそこに痛みを出しています。しかし原因は、お尻の筋肉の硬く疲労が溜まってしまっているせいで腰に痛みが出ているとします。

という事は、お尻周りの筋肉の硬さを取り硬さが戻らないように柔軟性をつけてあげないといけません。しかし、何故お尻の筋肉が硬くなってしまったのだろうか？と考えていった時に、何時間も座って作業をしていたり、姿勢が悪くなってそのクセが身体が覚えてしまって、お尻にの筋肉が硬くなり腰に痛みを出しているとしたら、筋肉だけの硬さを取るのではなく、硬くならないように身体の使い方やケアの方法を伝えないと、またぶり返してしまいます。

「だったら整骨院やマッサージ店でも、わかっている人だったら出来るし改善できるんじゃないの？」

と思うかもしれませんが、実はこういう理由があるからそれができないんです、、、。

■保険治療を受ける上で、治療に制限がかかってしまう

整骨院でも基本的に「保険治療」が受けられます。保険治療を受ける上では、

- ・いつ（1ヶ月以内で）
- ・どこで（仕事、通勤以外で）
- ・何をしている時に（仕事、通勤以外で）
- ・どこの部位を痛めたか（筋肉の名前）

という理由が必要です。これは患者さんから聞き出し、勝手に書く事をしてはいけません。

・では、いつ？というの、ここ1ヶ月以内で腰を痛めたという理由が必要になるのですがここでも疑問が生じます。例えば、本当に1ヶ月以内に腰を痛めたのであれば保険が適用になります。しかし「慢性痛」のような1ヶ月以上も前からある痛みはどうして保険が適応するケースがあるのか？

・そして、**どこで?**というのは仕事（職場）以外で腰を痛めた理由が必要ですがここでも疑問が生じます。確かに日常生活の中で痛みが出てくる患者さんは間違いなく居られます。しかし仕事（職場）の環境が身体に長く悪循環が起きたせいで痛みが出ている場合はどうしているのか？

・そして、**何をしている時に?**というのは、何か動作を起こした時に痛みが出た。という理由が必要です。例えば、ぎっくり腰みたいに急に立ち上がった時にというような理由です。先ほどの「どこで」と「何をしている時に」ですが『工作中的、通勤途中で』というように仕事（職場）が理由に絡んでくると『労災保険』が適応になります。しかし、大体の会社は労災保険を認めようとしません。その背景には様々な理由はあると思いますが、会社側が保険料を負担したくないから等の理由もあるとは思いますが。

・そして、**どこの部位を痛めたか?**ですが、患者さんは勿論『痛い部位』を伝えると思います。腰が痛かったら腰、みたいに。それは保険治療を受ける上で正式な理由ですので大丈夫なのですが先ほどお伝えさせて頂いた「結果的に痛みが出ている部位には原因は少ない」話の繋がりを持ってお話をさせていただきます。

保険治療というのは、患者さんが伝えた痛い部位しか施術を施せません。腰が痛かったら腰だけにしか保険治療は適応できませんし、施術できません。

では、結果的に痛みが出ている部位をマッサージや電気治療、温めの治療をしても良くなるケースを私は数多くの患者さんを診させて頂いています。勿論、保険治療のように痛い部位ばかりを施術して改善する患者さんも診てきたので完全に否定をするつもりはありません。

ですが、何ヶ月も整骨院や、近くのマッサージ屋さんに行っても症状を繰り返しているのでしたら、違った角度からお身体の状態を診立てて治療していく必要はあると思っています。

保険治療を受ける上でも、特に整（接）骨院は厳しくなっています。未だに「不正請求」と呼ばれる犯罪を働かせて生計を立てている治療院があるみたいです。例えば、患者さんが1ヶ月に5回しか整骨院に通っていないのに、治療院側が保険請求上8回や10回と嘘の請求をして国から保険料をもらっているケースです。

そうでなくても、保険治療を受ける上では、『いつ、どこで、何をしている時に、どこの部位を痛めたか』という細かな理由を患者さんから聞き出さないといけません。

今までどこへ行っても症状が改善せず、悩みを解決できないままなのであれば、どこの治療院に行ってもいいかわからない！と思っているかもしれません。

はっきり言って、その治療院に言って施術を受けてみないと分かりません。これだけ沢山の治療院ができてどこが良いのか、自分の身体に合っているのか分かりにくい状態です。

当院で良ければ何かお役に立てると思いますので、お気軽にご相談下さい。

Section3 骨盤矯正、筋膜リリース、医療機器は意味がない理由

■治療テクニックでは、身体は治せません（解決できない）

沢山の治療院が、治療テクニックの事を謳っていますがそれは「治る、治らない」「改善する、しない」「問題が解決できる、できない」には関係がありません。

そもそも、そのテクニックが今のお身体の状態に合うと断定ができないからです。というのも腰痛一つにしても、

- ・年齢
- ・性別
- ・性格
- ・職場環境
- ・姿勢、身体の使い方のクセ
- ・生まれつきの筋骨格の構造（身長なども）
- ・精神状態
- ・症状の程度
- ・今までの人生経験

などが皆さんそれぞれで違ってくるのは当然なので、「腰が痛い！」と言ってもその人の原因や解決する方法は変わってきます。

湿布や飲み薬で症状が改善する方も居られますし、運動をして治る方もします、TV やCMでやっている医療機器を使ってみたら回復する方、生活習慣・食事の見直しをしたら解決する方も居れます。

そこで治療院では、「骨盤矯正」「骨格調整」「最新の〇〇テクニック」「筋膜リリース」「有名なスポーツ選手が愛用している医療機器」と書き出す事で患者さんの目を引いているだけだと考えています。私も患者さんを良くする為に時間やお金を投資して勉強してきました。

骨盤矯正・内臓治療・頭蓋仙骨療法・オステオパシー・筋膜リリース・トリガーポイント治療

私もこの手の方法を使って、患者さんを来院して頂いたりしています。ただ「治るかどうか」は**全くの別問題だと認識してください。**

確かに患者さんを良くしていくための方法や手段です。しかし、テクニックが無くても人の悩みを解決した経験は誰にでもあると思います。

例えば、小さなお子様が居られる方でしたら、子供が転んでしまって膝の皮を擦り剥き血を流して「痛い、痛い！」と言っている中で、手当てをしてあげ「痛いの、痛いの、飛んで行けえ」と何度か声をかけてあげたら、子供が泣き止み痛みがマシになったという経験がありますか？

もうこの時点で、その子のこの痛みを何とかしたい！という悩みを解決しているんです。

もう少し例を挙げますと、

子供でも、ご自身でも、お腹が痛かったとしますでも薬には頼るほどでもない、けどこの腹痛を何とかしたい！という時に、お腹に手を当ててスリスリすると何だか痛みが軽減してきてマシになった覚えはありますか？

もう少し例をあげます、

友人が職場での悩みを抱えており、身体の疲れが抜けず頭痛が常にある状態だとします。

その友人は気持ちも落ち込んでいたので、カフェか何処かで待ち合わせをし悩みを聞いてあげることになりました。友人が話をしてくれ悩み相談をすると友人が「話を聞いてくれてありがとう。気持ちがスッキリして身体が楽になった♪」みたいな経験はありませんか？

この話の流れだと、治療者みたいにマッサージをしたわけでも無く、医療機器に頼った訳でも無いのに、友人の悩みを解決し、身体をスッキリさせて、頭痛まで改善させています。

これだけ例をあげて何が言いたいかというと、身体はちょっとした事で変化したり、改善したりします。それに治療法は上記の治療テクニックで無くても改善できるという事です。

いろいろな患者さんが来院されるので、治療の幅や、どんな患者さんが来られても対応できて幅広く改善させられる治療テクニックも大事です。

しかし、その前にしっかりとその人の身体の様々なサイン、状態把握して、しっかりと話を聞き、『診立てた』上で、「この治療が合う！」と判断するなら分かります。

治療テクニックという型に当てはめるのではなく、自分の身体に合わせてくれる治療院を選ぶ事をオススメします。

最後に

否定的な文面もあったりしましたが、全てを否定するつもりはありません。
例えば整骨院については、整骨院の良さがありますしそっちの方が自分には合っている！という患者さんも居られます。

現代の治療院選びは本当に難しいです。私が逆の立場だったらどこへ行っていいか分からず、自分でインターネットで調べたり、口コミを聞いてみたりしてリサーチをかけます。何より一刻も早く今の状態から解放されたい気持ちが焦りをうみ、正しい判断ができなくなり思考を鈍らせる事だってあります。

簡単に『情報』が手に入る時代だからこそ、情報を整理して、自分の身は自分で護り、家族の健康を護らないといけないと考えています。

どの情報も間違いはないと思いますが、「自分と合ってるかどうか」の判断は凄く重要です。正しく判断できるように、焦らず、深呼吸を入れてから、今一度立ち止まって『情報』の整理を行なってから決断してください。

今回、こちらの記事を読んでいただいた皆さんの健康が護られるよう、心より願っております。

まつした鍼灸整体院 院長 松下昇平