

鍼灸で 健やかに!

6

登美ヶ丘治療院長

野口 創



肩こりは、万病のサイン

こり症状の人が増えているという状況。おそらく社会がとも速いスピードで変ぼうし、中国も日本

並にストレス社会になりつつある証左かもしれない。私が留学して

いた十年前には肩こり症状を臨床現場で診る機会は、ほとんどな

った。では、肩こり症状とはどのような症状をいうのか。

先週、北京オリンピック開催中の北京を訪問し、北京中医薬大学で留学時と同じ研究室で机を並べた医師たちと大学付属病院でいろいろな話をした。その中で興味深かったのが、最近、鍼灸（しんきゅう）外来に訪れる患者さんに、肩

こり症状とはどのような症状をいうのか。

- ② ストレス＝過度のストレスにより自律神経が失調し、全身の血流が悪くなり筋肉が硬化。
 - ③ 眼精疲労＝長時間パソコンを見ることにより首、肩の筋肉が緊張。
 - ④ 体型＝肥満、瘦（や）せすぎ、なで肩などは肩の筋肉に負担が大き。
 - ⑤ 病氣＝頸椎（けいつい）症、頸椎ヘルニア、五十肩、歯のかみ合わせの不具合、うつ病など。
- 肩こりは上記の原因により、首、肩、背中の筋肉が疲労し硬結（こり）を形成。さらに血行障害を起こし筋肉に疲労物質がたまり、不快な症状を起こす。肩こりに起因

根本解決へ全身治療



松井

頭と首の付け根から背中にかけて起る痛みや、こわばりのような症状のこと。

原因は日常的な身体的・精神的疲労などが複合して起る。

① 姿勢＝長時間、同じ姿勢をやることにより、首や肩の筋肉が疲

する不快症状は多く、頭痛、めまい、耳鳴り、吐き気を伴うこともあり、病気のサインだったりするから軽視できない。

中医鍼灸治療では、硬くなった筋肉（コリ）に対する局所的な治療ではなく、それぞれの原因に合った、トータルケア（全身治療）を行う。肩だけではなく手足の自律神経を整える経穴（ツボ）に刺激を与え、硬結（コリ）の原因を解消し、血行を改善することで疲労物質を排出、新陳代謝を促進する。根本的な肩こりの治療のためには原因・体質を詳しく診断し、患者さん一人一人にあった治療を行うことが大切。