

# 腰痛に対するP Tとしての 診かたの一方方法

～ 運動機能からの視点 ～

〇〇〇〇〇〇〇〇〇整形外科

安里 和也

## *Preface*

- 現在、考えている理学療法を発表する。
- それにより意見交換をし、より良い医療を提供できるようにディスカッションできる場にしたい。

## *Today's flow*

- 症例報告  
(患者紹介、PT所見、介入、結果)
- 動画 ( 2<sup>nd</sup> P T 介入前・後 )

## introduction

- 対象： 27歳 男性
- 主訴： 左腰痛
- 職業：ホテルマン 重量物（＋）
- 家族構成：妻、子供(10ヶ月)
- 趣味：野球(2回／月：センター)
- 既往歴：左股関節(4歳、交通事故、脱臼?)  
腰(中学～10回程ギックリ腰) 右肩

## *medical history*

- 10年以上前より腰痛（＋）
- 6月13日(水) 昼過ぎに軽い物を  
持ち上げようとして腰痛（＋）
- 6月15日(金) 当院受診  
薬物(ソルトン・ミオナル・メチコバル・坐薬)  
干渉波処方
- 6月18日(月) 子供を抱いて再発
- 6月25日(月) PTスタート

# *1<sup>st</sup> Physical Therapy (6.25)*

## Science views

- Pain : 左仙腸関節上部  
坐位(+) → 特に長時間 歩行(+)  
臥位(-) 夜間(-) 日内変動(-)  
これまでの変化 : 再発当初を10点  
6.25 PT開始前 **7/10**
- Lumber : 屈曲伸展の動きほぼ(-)
- Hip jt. : 殿筋・外旋筋硬さ(+)

# *Gait & 1<sup>st</sup> Physical Therapy*

- Gait : 股関節の動きがほとんどみられず、  
体幹を回旋させるように推進力を  
得ていると推察
- 以上の所見から...
  - #1 股関節外旋筋ストレッチ
  - #2 骨盤傾斜運動

**Result (Pain) : PT前 7/10 ⇒ PT後 3/10**

## *2<sup>nd</sup> Physical Therapy (6.27)*



## Science views

- Pain : 第二腰椎右      右股関節外側  
坐位(+) → 特に長時間      歩行(±)  
臥位(-)    夜間(-)    日内変動(-)  
これまでの変化 : 再発当初を10点  
6.27    2<sup>nd</sup> PT開始前 **3/10**
- Lumber : 屈曲伸展の動き(+)
- Hip jt. : 殿筋・外旋筋硬さ(+)も軽減
- Pelvic tilt : 下肢の内旋での対応・動き(+)

2007. 6. 29

## Gait (6.27)



介入前

## *Gait & 2<sup>nd</sup> Physical Therapy*

- Gait：股関節の動きはみられてきている。  
右下肢支持期にて上部胸郭の右側への潰れがみられる。

以上の所見から...

#3 鳩尾ストレッチ on supine

#4 骨盤底筋運動

2007. 6. 29

## *Gait Post PT (6.27)*



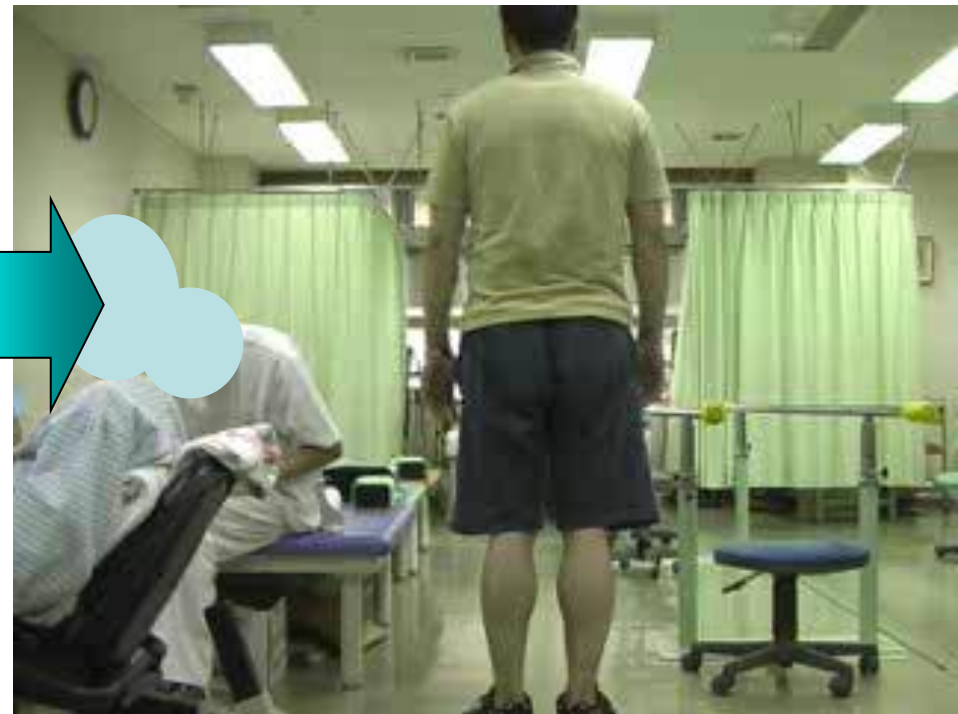
介入後

2007. 6. 29

# Gait Comparison (6.27)



介入前



介入後

# *Gait & 2<sup>nd</sup> Physical Therapy*

- Gait：右下肢支持期にて上部胸郭の右側への潰れ軽減。

**Result (Pain)**：PT前 **3/10** ⇒ PT後 **1～2/10**

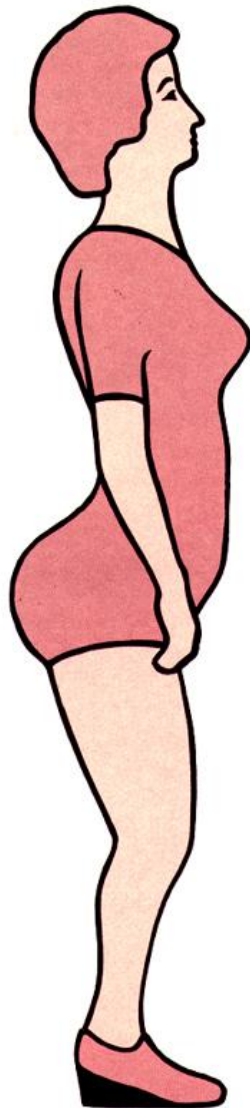
# *Test and Treatment*

- 対象： 27歳 男性
- 主訴： 左腰痛
- 動画 ① 2<sup>nd</sup> P T 介入前・後

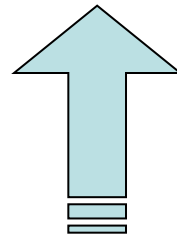
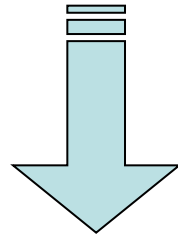
# Discussion



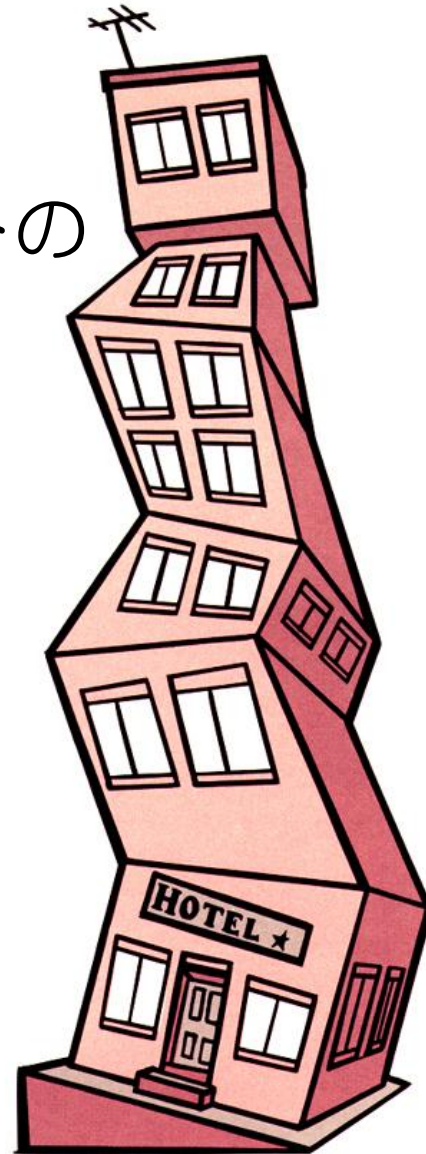
# 膜の中で骨が落ちている！？

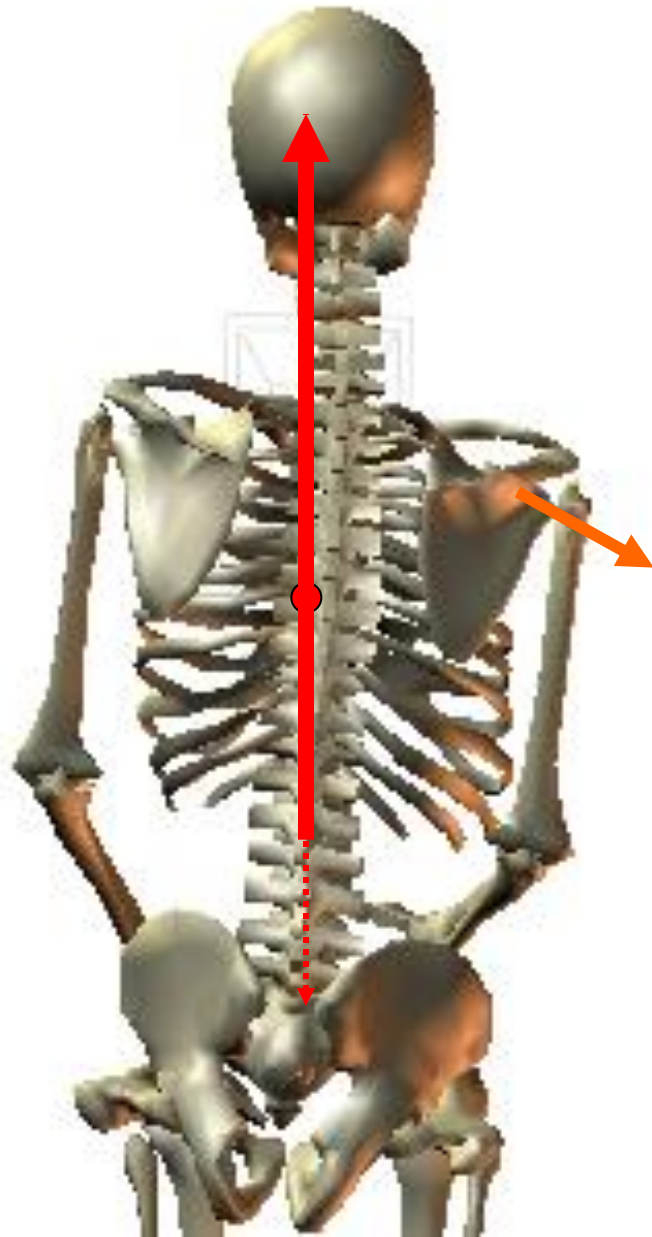


膜の張力で、  
アライメントの  
保持を依存



姿勢保持筋  
の不活動





右肩が痛い...

## 坐位姿勢



頸椎左側屈

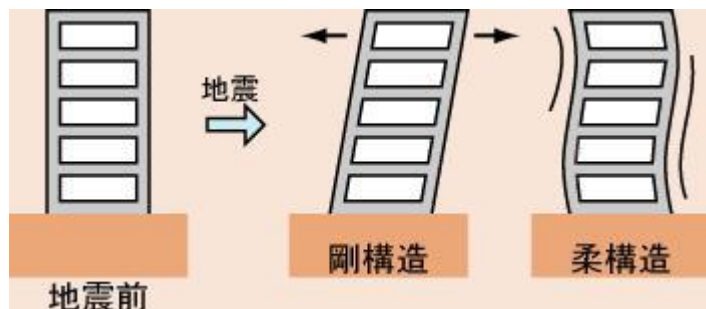
肩甲帯下制

上腕屈曲  
内旋  
(右>左)

骨盤下制  
後方回旋

大腿内旋  
(右>左)

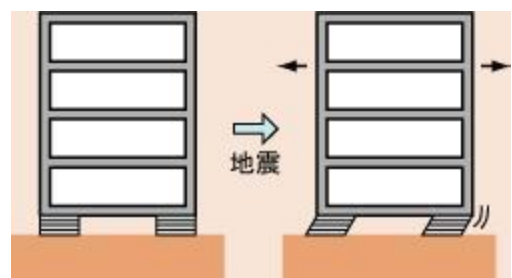
BOS



## 耐震構造

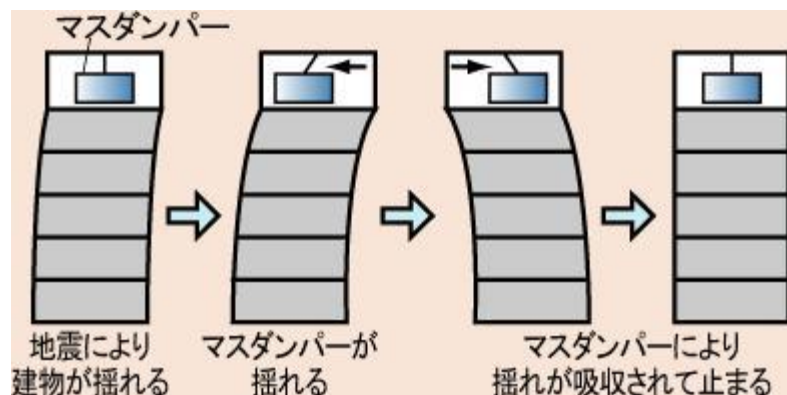
剛構造 ⇒ 剛性を高め対応

柔構造 ⇒ 柔軟性で対応



## 免震構造

下からの地震入力軽減

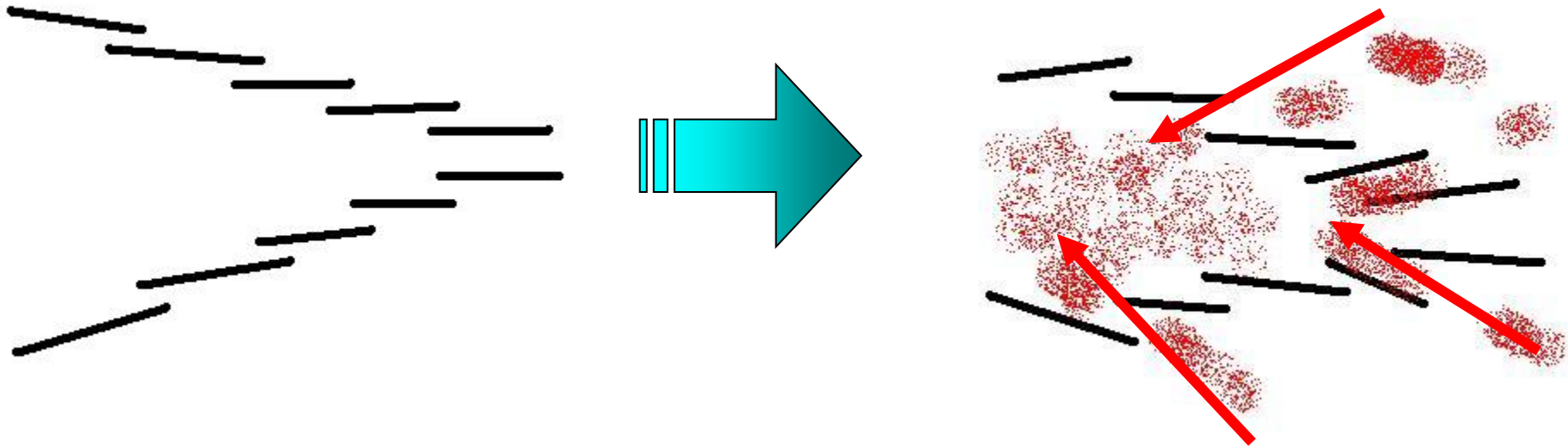


## 制振構造

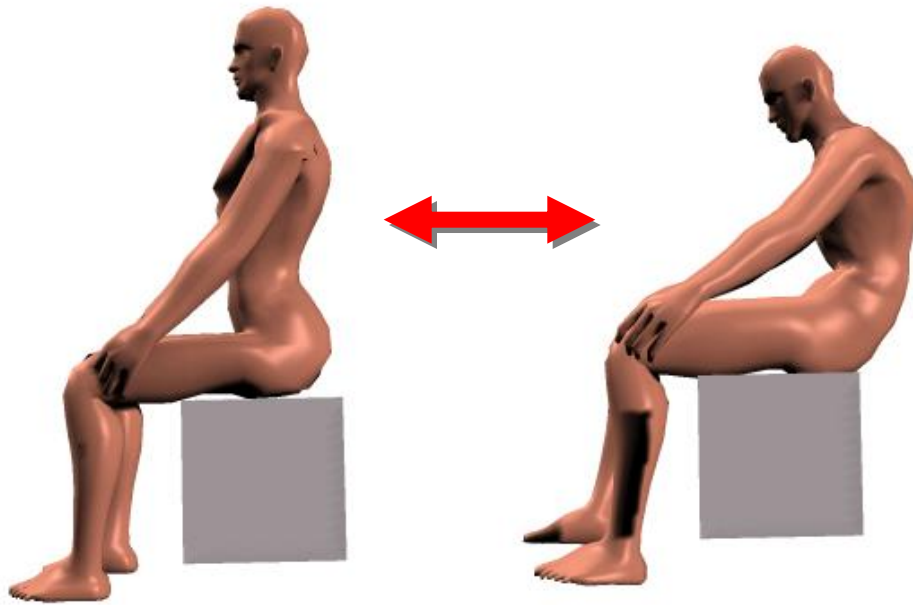
振動（ゆれ）

自体を制御

# リンパ管へのメカニカルストレス

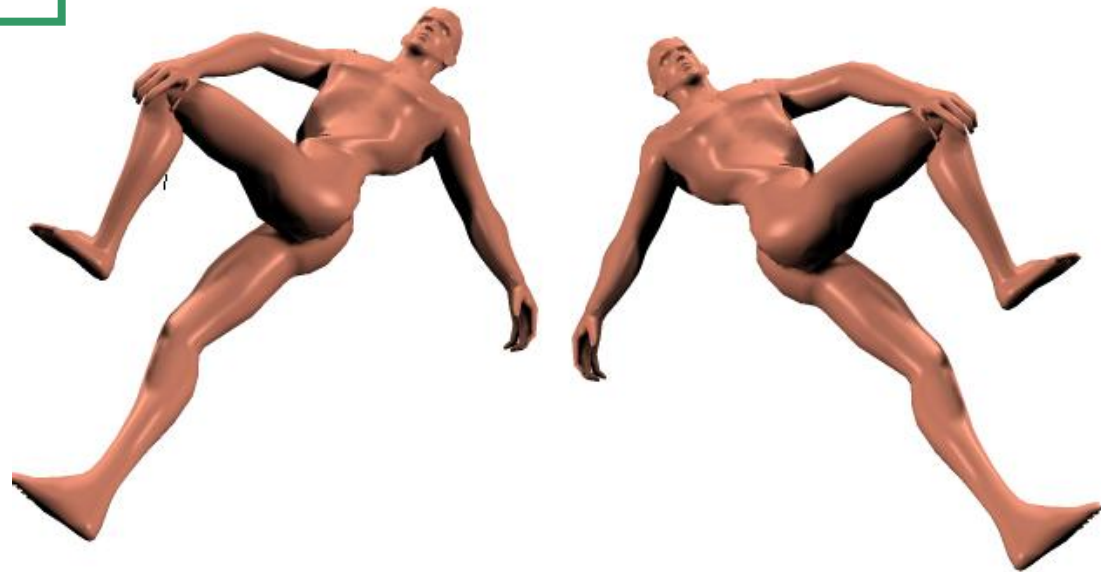


2007. 6. 29



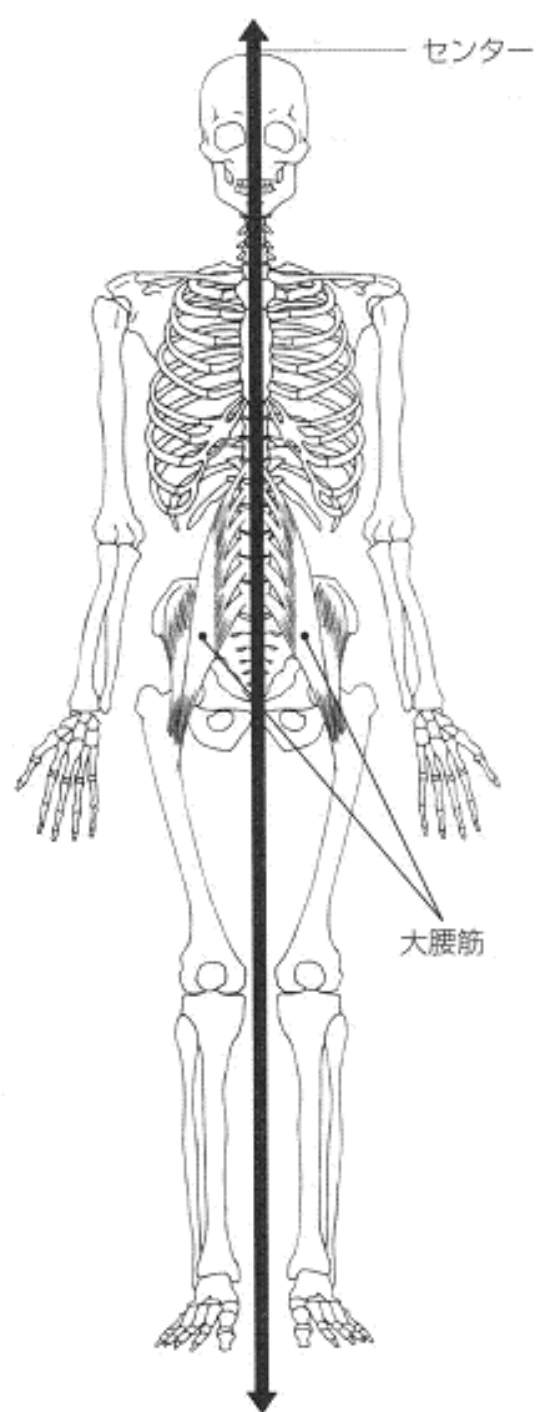
**背の曲げ 伸ばし**

**おしりのストレッチ**





2007. 6. 29



# Conclusion

- 全身が繋がった膜で包まれている。
- また、各々その膜の中で浮いた「モノ」と同じ原理の骨がある。  
それらが全体で統合して、  
tensegrity として重力に対応
- 膜の捻れや歪みによって循環状態（リンパ等）の低下が起こり、動きに制限が起こる？
- その位置関係にアプローチするのも一つのP T戦略として利用可能ではないか？



- ご意見・ご感想などお聞かせ願います。
- まだまだ確信を持っている話ではありません。
- みなさん一緒にディスカッションさせて下さい。
- ご清聴ありがとうございました。 m(\_\_)m



〇〇〇〇〇〇〇〇整形外科 安里和也

〇〇〇〇〇〇@〇〇.jp

- この宇宙にはどんな固体も連続もない。  
われわれが扱えるのはネットワークパターンである。

Richard Buckminster Fuller