

その肩の痛み…ほっておいてはいけません。

当院に
ご相談ください。



一言で『肩の痛み』と言ってしまいがちですが『肩の痛み』にもさまざまな原因が存在します。その中でも一般的に言われる『肩こり』は筋肉の中に疲労物質(乳酸)がたまり筋肉が疲労を起こしてしまうことで発生します。その他にも無理な姿勢・不良姿勢・体形・ストレス・目の疲れ・脊椎のゆがみや関節の異常など様々な原因が見られます。

外傷性のケガであれば治療を施せば比較的短期間で治癒するものが多いのですが『肩こり』が発生してしまうと自然に治るということは難しいようです。

当院の患者さまの中にも長く肩を痛めているとおっしゃる方が多くおられます。日常生活に支障がないと治療を受けずに放置されることが多いのです。しかし、そのままにしておくとますます筋肉が硬くなり脊椎などの他の骨格にもゆがみなどが起きどんどん体調が悪くなる『悪循環』が起きてしまうのです。身体はある日突然ゆがんだりすることはなかなかありません。

最初は少しのこりやゆがみでも長期間その状態が続きその人の筋力で支えられる限界を超えると『痛み』『しびれ』という症状があらわれるのです。

こんなことはありませんか？(こりとゆがみのチェックリスト)

- よく寝違える。
- 朝起きた時頭が重い。
- よく頭痛が起きる。
- 猫背だと思う。
- よく肩がこる。
- 毎日の家事、仕事がつらい。
- 荷物を同じ手で持つことが多い。
- 長時間同じ姿勢でいる事が多い。
- 今までの治療で改善しなかった。
- 最近元気がない。

3つ以上チェックのあった方は

早めの治療をお勧めいたします。

あなたの体と健康をガードする

さくら鍼灸接骨院

<http://sakurasekkotsuin.jp/>

治療に関するお問い合わせはこちらまで

075(924)5338

〒617-0002 向日市寺戸町永田1-114