

院内報「みらい」(牽引療法)

牽引療法

田名整形外科クリニックと上溝整形外科クリニックで行われている牽引療法について簡単に説明します。

牽引療法の目的は、筋肉や人体などの強い張りにより血の巡りが悪くなったための痛みや、異常な筋肉の活動などの改善目的で、ストレッチ効果およびリラクゼーション効果を得るために行います。

当院では、介達牽引といって、体にベルトなどで骨を固定して、目的とする部分を牽引する方法を採用しています。

牽引による作用としては、

- 1 . 椎間板という背骨のクッションの圧迫の軽減
- 2 . 椎間関節という背骨の関節にかかる圧迫の軽減
- 3 . 神経の通り道を広げることで神経への血液の循環の改善
- 4 . 靭帯や筋肉を適度に伸ばすことで血流の改善などがあります。

牽引の効果としては、筋肉や靭帯のストレッチ、背骨の関節の軽度の矯正、背骨の関節の間を広げる、神経の通り道を広げる、ストレッチにより筋肉を柔らかくする、マッサージ的效果による血液の循環の改善及び促進があります。

理学療法士 皆川智司

次ページ参照 (院内報みらいV o 1 . 4 2 の裏表紙に、「教えて理学療法」のタイトルで牽引療法を紹介しています。)



教えて理学療法

理学療法士 皆川 智司



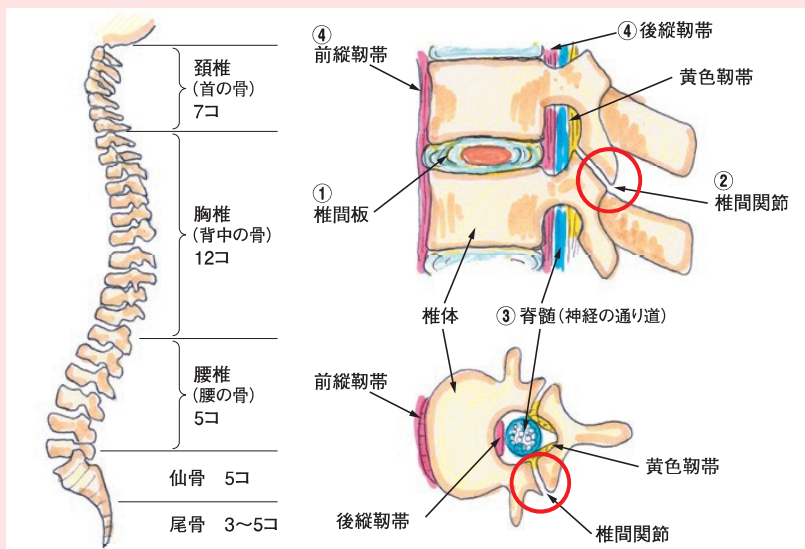
今回は、田名整形外科クリニックと上溝整形外科リハビリクリニックで行われている牽引療法について簡単に説明します。

牽引療法の目的は、筋肉や靭帯などの強い張りにより、血の巡りが悪くなったための痛みや、異常な筋肉の活動などの改善目的で、ストレッチ効果およびリラクゼーション効果を得るために行います。

当院では、介達牽引^{かたつけんいん}といって、体にベルトなどで骨を固定して目的とする部分^{けんいん}を牽引する方法を採用しています。

牽引による作用としては、①椎間板という背骨のクッションの圧迫を軽減 ②椎間関節という背骨の関節にかかる圧迫の軽減 ③神経の通り道を広げることで神経への血液の循環の改善 ④靭帯や筋肉を適度に伸ばすことで血流の改善などがあります。

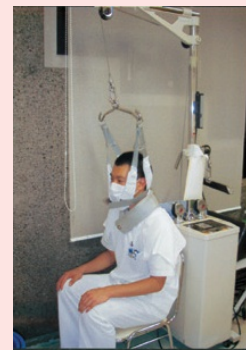
牽引の効果としては、筋肉や靭帯のストレッチ、背骨の関節の軽度の矯正、背骨の関節の間を広げる、神経の通り道を広げる、ストレッチにより筋肉を柔らかくする、マッサージの効果による血液の循環の改善および促進があります。



背骨(脊椎)の構造



腰の牽引



首の牽引

表紙
写真

栗林 秀旭 (くりばやし しゅうき)

プロフィール●写真家 1948年・東京都立川市に生まれる。峰広敬一氏に師事。富士山を主体とした数々の作品を撮り続けている。精進湖畔に『ギャラリー写ば写ば』を開設。写真教室・ツアーの講師歴任。 URL <http://www.mfi.or.jp/syaba2>

田名、上溝ともに、骨粗鬆症予防と早期発見のため「骨密度測定」を行っています。



医療法人未来

田名整形外科クリニック

TEL:042(761)7000

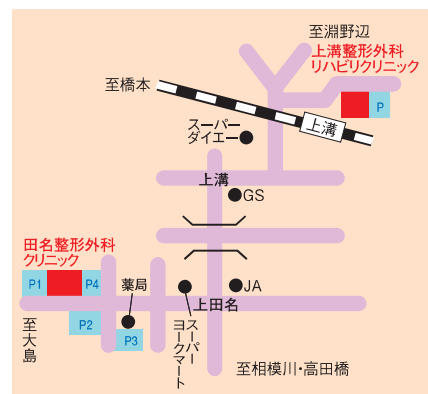
上田名交差点より大島方向500m
水曜午前は、東海大学内科医師による診療もしております

上溝整形外科リハビリクリニック

TEL:042(786)7700

駅より1分、かみみぞクリニックビル3F

<http://www.mirai-med.or.jp>



みらい

Vol.42

名整形外科クリニック
溝整形外科リハビリクリニック

淡紅色樹林…新道峠

新年を迎えて

田名整形外科クリニック 院長 木内哲也



新年あけましておめでとうございます。田名整形外科クリニックは19回目、上溝整形外科クリニックは7回目のお正月を迎えました。今年が皆様にとって明るく健やかな年でありますように祈念しております。

昨年後半の医療界は、新型インフルエンザの流行で日本中が大変でした。今年もしばらくは新型インフルエンザから目を離せない状況が続くと思われれます。

医療政策も変わるようです。私が大病院で勤務医として働いていた頃と比べると医療技術は大きく進歩しましたが、勤務医の仕事の内容も変わったようです。これからは病院の先生方の仕事はより専門的に細分化されていきそうですが、私たち開業医は逆により広い分野を担当することが求められそうです。

私たち医療法人未来は開業時と同じ理念を持って、地域に根差した医療の一端を担うべく、職員一同今年も頑張っていく所存ですので、よろしくお願いたします。

新年の御挨拶

上溝整形外科リハビリクリニック 院長 千葉昌宏



新年おめでとうございます。謹んでお慶び申し上げます。

昨年プロボクサー、球速140、150km/hrで投げた大学野球の投手、SC相模原のサッカー選手など多くの有名な一流選手が訪れました。子供の障害ではサッカーは多いものの、野球も多くなりました。子供には将来があります。中には能力が高く、プロ選手になりそうな人材もいます。きちんと障害を治し、予防しながら育てたいと思います。

一方、中高年では運動することで、高脂血症に良い影響を与えます。適度な運動はHDLコレステロール(善玉コレステロール)を増やし、中性脂肪を減らします。運動をやめることなく続けることが大切です。最近スポーツ・リハビリテーションは進歩しています。理学療法士の技術は発達し、運動療法を通じて、重症度の評価や運動指導の質が向上しています。また、昨年は月2回超音波検査を行いました。靭帯損傷や筋損傷の診断率が向上し、診療が前進しました。

本年もスポーツ医学の発展とともに疾患を治療・予防し、皆様が健康な生活を送れるよう診療したいと思っております。