

# 腰痛

## 坐骨神経痛 椎間板ヘルニア 脊柱管狭窄症

「手技療法で、急性・慢性的な腰痛を改善することは十分可能です。」(院長 波多)

もし、あなたが重い腰痛や足の痛み・痺れによって 15 分以上、継続的に歩くことが  
ツライと感じているのであれば、効果実証済みの“手技療法”を一度試してみませんか？



肩こりや腰痛、坐骨神経痛など、根本的な原因を改善して良好な日常生活を送られている、通院されていた患者さま。素敵なお笑顔に戻られました(^^)

### ■なぜ、慢性的な痛みが発症するのか？その理由は…

私たちの身体は、50 歳を過ぎて中高年になってくると、身体を支えている骨や筋肉、関節や靭帯が衰えてくるため、重力に打ち勝つための身体のバランスが崩れやすくなったり、若い方(30代・40代)でも日常生活の同一姿勢におけるクセや可動域の狭さから神経(の束)をゆがめてしまうことから、痛みやしびれが発症します。脊柱管狭窄症では、身体を後ろに反らすことで痛みが増します。これは狭くなった脊柱管がさらに狭くなるため、神経根を圧迫するために起こっています。このためしゃがんだり、前かがみになると、圧迫が減り痛みが和らいだり、身体が楽にはなるのですが、そもそもの原因がなくなっているわけではありません。また椎間板ヘルニアでは腰椎に急激な力や衝撃がかかることで、線維輪と呼ばれる椎間板の壁が押し出されることによって起こります。この場合も、神経根を圧迫することで腰痛、足の痺れ、麻痺などが起きているのです。つまり、**身体の正常な姿勢や状態が崩れることによって「血管」「脊柱管」「神経」などが捻れたり、圧迫することで“痛み”が起きている**のです。(※日本赤十字社医療センター監修の書籍より一部引用)

そのため、日常生活時の同一姿勢(による圧迫)や、運動不足などの筋力低下などから、痛みが続き、そのうち慢性化してしまいます。坐骨神経痛の症状が進んでしまうと、10分と立っていらなくなったり、歩くことによって痛みがさらに増します。場合によっては、痛みが強いため歩けなくなる人も出てきます。では、どうするのか??

医師も推薦の技術力!

上十条治療院

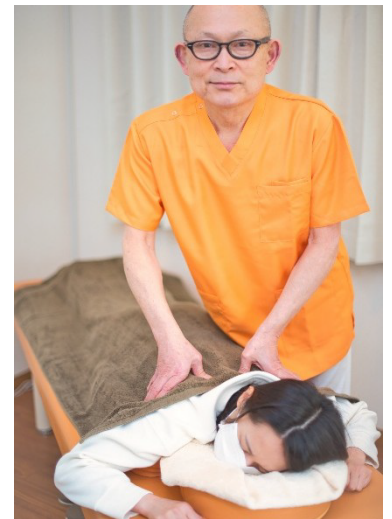
詳しくはWEBでも確認できます!

上十条治療院

検索

☎03-3900-0688

〒114-0034 東京都北区上十条3丁目8-8-101 JR十条駅北口から徒歩6分



上十条治療院 院長 波多祥計

※厚生労働大臣認定免許保有者  
経歴：山野医療専門学校卒業(柔道整復師免許取得)、日本体育大学卒業(保健体育中学校、高等学校教員免許取得)





**上十条治療院が初めての方！！**  
**初回トライアル(開業9周年)**  
**キャンペーン実施中**

**2025年1月31日(金)まで**

腰痛(急性/慢性)  
 撃退コース

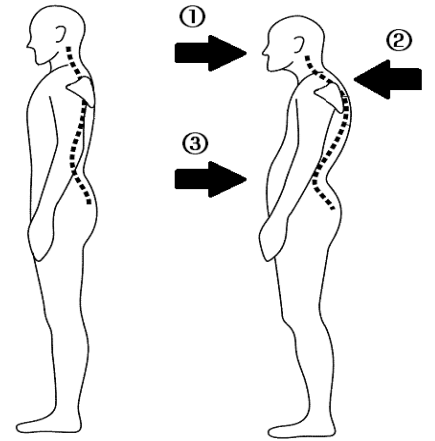
**特別料金(税込) 62%OFF**

通常料金 7700 円  
 (初診料 2200 円/施術料 5500 円)

**2980 円**

**■実は身体のゆがみを取れば、痛みは消せます！**

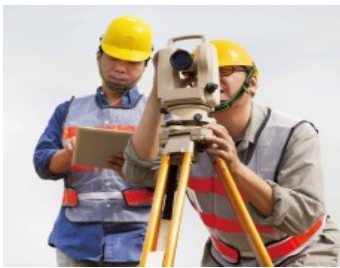
坐骨神経痛の多くは日常生活での正しい姿勢、症状に応じたストレッチなどで改善が見込めるのですが、毎日、意識してできるほど習慣化されません。そこで、今の痛みを取り除くために「身体を正常な状態へ整える」ことを行います。いわゆる手技療法による”身体の正常化”です。施術での見た目はマッサージと同じように見えるかも知れませんが、本質はまったく違っており「気持ち良く揉む」のではなく「身体のゆがみをとる」ことを目的としています。このため、身体に負担を掛けることなく、最短で身体を元の状態へと戻していくことによって、血液の循環や神経の圧迫を改善していくのです。(※但し、人間の身体は針金ではないため、1度の調整で全てのゆがみを取り除くのは不可能です。症状や痛みによっては複数回の施術を要することをご了承下さい)



正常な姿勢 バランスを崩した姿勢

※姿勢が崩れると見た目だけではなく血液循環の低下や神経圧迫が起こる！

**重度の腰椎ヘルニア(坐骨神経痛)から足のしびれを発症、本気で手術も考えた！**



悩みだった坐骨神経痛・足のしびれはスッキリ楽になりました！痛みが随分と長い間続いており、この痛みをどうにかしたいとの思いで、施術を受けに行きました。軽い症状ではなかったのですが、期待値以上の結果がでてすごく嬉しかったです。  
 北区 Y.Yさん(道路測量士)

**慢性的な腰痛で足にしびれもあり、買い物にも行けないくらい、普通に歩くのがつらかった！**



整形外科では、薬の処方、電気治療を行いました。まったく良くなる事はありませんでした。このまま歩けなくなってしまうのではないかと、不安な気持ちになっていた時に上十条治療院を知りました。痛くてしびれもあり良くなる事はないと思っていましたが、6回の通院で歩けるようになりました。板橋区 M.T(主婦)

**■以下のような方のお手伝いをしています。**

- ☑ふくらはぎやおしりに痛みや痺れを感じる。
- ☑足が激しく痛み、歩くことが困難である。
- ☑20段くらいの階段で上り下りがしんどい。
- ☑慢性的な痛みのため、常にイライラする。
- ☑腰が痛くて重い物を持つことができない。
- ☑前にかがむと腰や足に痛みが走る。

これらは十分に改善できる症状です。お困りの方、当院までご連絡下さい!!



※ホームページでも確認できます