

熊谷市の一年に一度の3万円脳ドック助成金制度は、3月31日が切り替え日です。昨年度の助成金をご利用されていない方はお早めに！

今週の **花言葉**

アズキヤナギ 努力が報われる

ヒペリカム 悲しみは続かない

ストック 愛情の絆

松田院長からあなたへ 耳より情報！！

◆腰痛のリハビリには心のケアも大事？ -109人を対象に検証-

The Clinical journal of pain

痛みの感じ方には個人差があります。同じけがや病気でも人によって感じる痛みの程度はさまざまです。今回はうつ症状が腰の痛みの感じ方に影響しているかどうかの結果が報告されたので紹介します。

◆うつ症状と腰痛の痛み

今回の研究は、長い間腰痛を抱えている患者、109人が対象とされました。対象者は4週間のリハビリで身体機能の改善、痛みの治療や心理的サポートなど総合的な治療を受けました。そして、リハビリを受ける前と後にうつ症状、痛みなどの評価が行われました。

◆結果—うつ症状が腰痛の痛みの変化に影響

うつ症状の変化は、感情的な痛み、感覚的な痛み、評価的な痛みの重症度の変化に大きく影響しました。さらに、うつ症状は痛みの量の感じ方に影響しているということが報告されました。また、**痛みがあっても普通の生活を送れる自信があるかどうか**が間接的に影響しているということも報告されました。

★院長よりメッセージ

以前より腰痛には「心因性腰痛」といった不安やストレスといった心の問題が原因の一つであると考えられていました。痛みの感じ方はうつ症状によって大きく変化してしまうことが考えられます。心理的サポートが腰痛を持っている人の痛みを改善するためにも重要なものかもしれません。慢性的な腰痛で苦しんでいる方は少なくありません。当院でもサポートしていきたいと思っております♪