

当院では、理学療法の治療で睡眠のご相談も行えます。
ご希望の方は、スタッフまでご相談ください。

今週の **花言葉**

てまり草

才能

カーネーション

熱心

トルコキキョウ

華麗なヒロイン



松田院長からあなたへ 耳より情報！！

◆腰痛にはどんな装具をつけると良いか？

—ランダム化比較試験により検証— Spine

腰痛に対する治療方法の一つとして、装具を用いることがあります。装具の種類は様々ですが、腰が反りやすい装具と反りにくい装具を比較して、腰痛への効果を検証した論文を紹介します。

■腰が反りやすい装具、反りにくい装具、対照群の3群で比較

今回の研究では、腰痛患者98人を以下の3群にランダムに分け、2週間の治療期間前後で、痛みによる活動制限への影響について検証しました。①通常のケアを受ける群 ②腰が反る方向に制限されている装具をつけて通常のケアを受ける群 ③腰が反る方向に制限されていない装具をつけて通常のケアを受ける群

■腰が反りにくい装具をつけるとより改善

腰を反りにくくする装具を装着すると、腰痛により制限されていた活動が改善するという結果でした。腰痛には、前にかがむと痛みが現れるもの、腰を反ると痛みが現れるものなど、いくつかのタイプがあります。また、痛みの程度や範囲、痛みの出る姿勢など、症状は患者さんによって異なります。そのため、今回の結果が、そのまますべての患者さんに当てはまるわけではないと言えます。

★院長よりメッセージ

今回の研究結果では、人によっては腰が反りにくい装具を使うことで改善が得られる可能性は十分にありそうです。治療の一つの選択肢として考えたいですね♪