



同善病院・同善会クリニック NEWS LETTER

vol.6
2018.2.9

1月に同善会クリニック健康セミナーを開催しました！

第1回目の今回は院長の増田医師が「予防医療ってなあに？～健康寿命を延ばすには～」と題して約1時間の話をいたしました。多くの方々にお越しいただきありがとうございました。質問もたくさん発していただき、とても充実した時間となりました。

講演終了後には希望される方に、超音波法による骨塩量測定を無料で実施し、その結果をお一人お一人に増田医師がアドバイスいたしました。診察室の外で患者さんたちとゆっくりコミュニケーションする貴重な機会となりました。

第2回は「食物アレルギー」をテーマにした内容で3月31日に開催を予定しています！

【腰部脊柱管狭窄症－"神経"を守ろう－】

☆腰部脊柱管狭窄症とは☆

整形外科領域ではとても頻度の高い疾患です。腰部にある脊柱管内の神経が圧迫されることによって殿部から下肢にかけてしびれや痛みが出現します。

多くの場合、その原因は加齢による脊椎(＝背骨)の変化です。背筋を伸ばして良い姿勢で立っていたり歩いたりすると、かえって症状が出やすく、少し前かがみになったり、腰掛けたりするとしびれや痛みは軽くなります。「歩いているとつらくなるが、自転車ならいくらでも平気」という方もよくいらっしゃいます。

☆対症療法－神経を守るには☆

神経の血流を改善するような姿勢やストレッチをすることで症状が徐々に改善されます。また、リハビリ(理学療法)を行うことも有効な方法の1つです。

同善会クリニックの外来リハビリでも多くの方が腰部脊柱管狭窄症に対するリハビリを行っています。

痛み止めや神経痛のお薬だけで我慢せず、リハビリを行うことが可能な医療機関に相談なさってください。もちろん、同善会クリニックへもお気軽にご相談下さい♪

(同善会クリニック院長)

理学療法ってなあに？

教えて！PTさん



歩行や基本動作能力の改善を目指します！

リハビリテーションの1つで、理学療法専門のセラピスト(理学療法士=PT)が実施するものです。脳血管疾患や運動器疾患などにより身体に障害のある患者様のために、運動療法や物理療法などを行っています。痛みを軽減したり、関節を動きやすくしたり、筋力をつけたりすることで、日常生活における寝返り・起き上がりや歩行などの質の向上を目指します。

(同善会クリニック理学療法士PT)

同善病院：台東区三ノ輪2-7-5
TEL03(3802)2101

同善会クリニック：台東区三ノ輪2-12-12
TEL 03(3801)6180

診療時間/平日9:00-13:00、14:00-18:00 土曜9:00-13:00
※受付時間/8:30-12:30、13:45-17:30 休診日/日曜、祝日



URL(ホームページ)

<https://www.dozen-hp.com>

同善会クリニック
facebook



同善会ツイッター
Twitter

