

座骨神経痛におけるタイ式セラピー報告

臨床タイ医学研究会 高尾知明

1.はじめに

坐骨神経痛（ざこつしんけいつう、Sciatica、Sciatic Neuralgia）とは、人の体においてさまざまな原因により、坐骨神経が刺激されることに起因する神経痛で、主な原因として坐骨神経の圧迫、脊椎神経根の圧迫、梨状筋症候群、椎間板ヘルニア、腰椎すべり症などが原因とされている。坐骨神経痛は太ももの後面、ふくらはぎ辺りの痛みが多い。他にも下肢の痺れ、知覚鈍麻、歩行障害などが見られることがある。その日の健康状態や体調によって痛さや箇所が変わることもある。

本症例ではクライアントと定期的なタイ式セラピーを実践し、症状の緩和を観点にクライアントの自立サポートを目的とした報告である。

2.症例

【実習者】高尾知明【クライアント】75歳 男性 身長160cm 体重64kg 無職

【主訴】気力の衰え 足腰の痛み

【診断名】座骨神経痛（X-1年 73歳時に近所のA整骨院B医師より診断）

胃潰瘍（X-2年 74歳時に近所のB胃腸内科A医師より診断）

【現病歴】 X-2年（73歳）定年退職後、趣味で日曜大工をしていたがトラックの荷台から材料を下ろす際、突然左足に痛みが出る。近所のA整骨院B医師より座骨神経痛と診断される。その後、自宅にて静養していたが1年と半年を費やし、筋力と共に気力の低下が見られた。要介護1と認定される。現在、高血圧の為、降圧剤を服用中。実習者の薦めによりタイ式セラピーを始める。

【生育・生活歴】 20代は仕事を転々とした後、メーカー勤務。研究員として定年まで働く。休日も日曜大工に出る等、休まず働き続けてきた。職場では几帳面な性格だった反面ストレスを抱える事もあった。嗜好品は20代の頃よりタバコを一日1箱消費する。入れ歯の為咀嚼が悪いが食欲は旺盛。妻、息子夫婦と同居。自分の身体能力に自身があり脚を屈折しての長時間な作業や力仕事をほぼ休みなく続けてきた経緯が足腰へ負担を掛けたと考えられる。

【タイ式セラピー歴】 座骨神経痛発症後は激しい痛みを伴っていたため症状が緩和されてきたX年8月 75歳より開始。当初は骨盤まわりの調整と衰えた脚力の回復を目的に週に2回、ムーブメント(Best Possition) を15分間施術。また、自身で行える股関節開き(Open the Hip joint)を推奨し、セルフケアを行った。

【症状の変化】

もともとマッサージを受け慣れていない事もあり当初は人に身体を触れられる事への抵抗感が強かったが、タイ式セラピーを続ける事で自身の体調の改善を実感しました。特に寝起き時や散歩後の疲労感がある時は心地よく受けるようになる。最近ではタイ式セラピーを受けるのが楽しみになる。

【血圧及び心拍数の経過データ】

X-1年8月 収縮期血圧160 拡張期血圧90 心拍数60 (タイ式セラピー前)

X-1年12月 収縮期血圧153 拡張期血圧90 心拍数60

X年2月 (施術前) 収縮期血圧132 拡張期血圧88 心拍数62 体温35.7℃

(施術後) 収縮期血圧120 拡張期血圧79 心拍数60 体温36.1℃

X年3月 (施術前) 収縮期血圧144 拡張期血圧92 心拍数59 体温35.9℃

(施術後) 収縮期血圧140 拡張期血圧92 心拍数60 体温36℃

【本人の語りに基づく現状報告】

タイ式セラピーを続けた事で脚が軽く感じられる。身体がぼかぼかしリラックスできた。

今までは脚が重くて外に出る事が億劫だったが今では妻との外出が楽しいです。

3.考察

タイ式セラピーを行う前は歩行時に脚が上がらず靴をひきずり歩行する傾向が見られたが、タイ式セラピーを続けるうち、約1ヶ月で改善の傾向が見られた。また、本人は歩ける事に対し日常生活を楽しむモチベーションが向上した事が伺える。その結果、衰えていた筋力は回復の兆しが見られた。施術記録X年2月データから見ても施術後は『リラックスした』『うれしい』など感情面の向上が見られバイタル及び脈拍の数値を見ても心理面での落ち着きが伺える。今後もタイ式セラピーを継続的に行う事によりADLが高まりご本人の介護度が改善される事を著者は願っている。

タイ式セラピー 施術記録

X年2月データ

	バイタル	脈拍	体温
施術前	132 / 88	62	35.7 °C
施術後	120 / 79	60	36.1 °C

施術時間	20 分
施術者	高尾知明

【気分の変化】

POSITIVE域	とても	やや	ふつう	やや	とても	NEGATIVE域	施術後の変化
施術前 明るい			◎			暗い	
施術後 明るい			◎			暗い	+ -0
開かれた				◎		閉ざされた	
開かれた			◎			閉ざされた	+1
楽しい						退屈な	
楽しい		◎				退屈な	+1
ひまな				◎		忙しい	
ひまな			◎			忙しい	+1
満足な				◎		不満足な	
満足な		◎				不満足な	+2
幸せな			◎			不幸な	
幸せな			◎			不幸な	+ -0
リラックスした			◎			緊張した	
リラックスした	◎					緊張した	+2
安心な				◎		不安な	
安心な			◎			不安な	+1
元気な		◎				元気がない	
元気な		◎				元気がない	+ -0
うれしい			◎			悲しい	
うれしい	◎					悲しい	+2
愉快的			◎			不快な	
愉快的			◎			不快な	+ -0
さみしくない			◎			さみしい	
さみしくない			◎			さみしい	+ -0
希望のある			◎			絶望的な	
希望のある			◎			絶望的な	+ -0
おもしろい			◎			つまらない	
おもしろい		◎				つまらない	+1
のんびりした		◎				せっかちな	
のんびりした		◎				せっかちな	+ -0
解放された				◎		縛られた	
解放された			◎			縛られた	+1
体調がよい			◎			体調が悪い	
体調がよい		◎				体調が悪い	+1
はつらつとした			◎			疲れた	
はつらつとした		◎				疲れた	+1
体が温かい				◎		体が冷たい	
体が温かい		◎				体が冷たい	+2
体がやわらかい				◎		体が固い	
体がやわらかい			◎			体が固い	+1