

NY生活クリニック 週刊NY生活 No. 111 04/22/06

カイロプラクティックって何？

人間の背骨は24個の骨が積み重なって一本の柱状になっていますね。その背骨のすぐ隣を脳から全身への情報を伝える中枢神経が通っていますが、何らかの理由で背骨が曲がったり歪むと中枢神経が圧迫されます。その結果、首や肩、腰の痛みをはじめ、内蔵や内分泌系、代謝の低下や異常が起こり、その状態を「サブラクゼーション」と呼びます。背骨を正しい位置に戻して中枢神経への悪影響を除去するのがカイロプラクティック(以下カイロ)です。

サブラクゼーションを起こしているかどうかを調べるには①特殊な機器を使って背骨両側の微細な温度変化を計る②目診及び触診③顎から腰骨までのX線写真を基に総合的に診断します。カイロを始めるにはこれらの検査と診断がとても重要です。

サブラクゼーションがあると診断されたら、患者さんの症状や生活サイクルを考慮したプログラムを作成します。具体的な治療方法はカイロプラクターが手のみによる熟練した技術で、関節を本来の位置に正確にアジャストメントします。所要時間は5～6分ほど、症状に応じて週1～3回の通院が必要です。

サブラクゼーションが起こる原因にスポーツや交通事故による怪我、分娩時の影響のほか、職場などで同じ動きや姿勢を何年も続けた結果、背骨に変形や歪みが起こるケースが多々あります。この場合はカイロだけではなく、普段の姿勢やライフスタイルを見直し、改善していくことも不可欠です。