

鍼灸師 榎本 守

運動・筋肉労働をした後や、風邪をひいた時など筋肉に痛みを感じる筋肉痛は、誰でも経験した事があると思います。このような筋肉痛は、数日ないし原因が取り除かれれば軽快するものです。しかし、筋肉の痛みが数ヶ月に及ぶ線維筋肉痛（線維筋痛症）というものが、あるのをご存知でしょうか。この線維筋肉痛の症状は、首・肩・背中・腰、そして手足の痛みやしびれ、張ったような感じですが、また、目の奥や、口の中の痛み、頭痛などの疼痛症状、そして色々な精神症状を伴う場合があります。このような症状が時に移動したり、軽快したりします。通常、線維筋肉痛の患者さんは、あまりにもあちこち痛むので、血液、レントゲン写真、CT スキャン、MRI などの検査を病院で受けられていますが、特に異常はみとめられませんので、患者さんは更年期障害や、自律神経失調症、時には老化現象と思っている場合があります。それでは原因はというと、なんらかの免疫機能異常が関係しているのではないかとされていますが、現在のところ原因不明です。そのため治療法も確立していません。しかし、日々の生活リズムを崩さず、水泳、ストレッチ体操などの刺激の少ない運動をし、自分なりのリラクセス法を習得することにより症状改善につながります。また、当院では痛みが強く感じられる患者さんには鍼治療とマッサージ治療をおすすめしています。特に鍼に関しては他の物療に比べて除痛の効果が高いようです。次に、線維筋肉痛の診断は、体のあちこちの痛みが3ヶ月以上継続し、体に特異的圧痛点があるなどの特徴的症狀を考慮して決められます。また、慢性関節リウマチの患者さんにとっても多く合併しますので血液検査は確実にを行うことをおすすめします。最後に、線維筋肉痛は命にかかわる病気でもなく身体障害者になることもありませんので、このような症状のかたは、薬物療法を含めた色々な治療法を試されることをお勧め致します。

以上