

特集 健康に生きる！老化に打ち克つ！

注目の「AKA療法」、最先端の手術法から
手軽にできるツボ治療、予防体操まで

和田真知子

(ライター)

これで解決！さらば、腰痛！！

腰痛に悩む人は全国で1000万人とも2000万人ともいわれる。厚生労働省の「国民生活基礎調査」によれば、日本人が自覚している症状の第1位は「腰痛」。まさに、現代の国民病といってよいだろう。

だが、これほど身近な病気であるにもかかわらず、「腰痛が完全に治った」という人は意外と少数であるように思う。さらなる治療を求めて病院を転々とする「腰痛難民」も少なくない。そこで、「効く」と評判の最新治療法から、自分でできる手軽な治し方まで、幅広く取材してみた。

まず向かったのは、JR山手線白馬駅から徒歩10分のところにある「望ク

リニック」。同クリニックで行われている「AKA-博田法」(AKA療法)は、腰痛の最新治療法として医療関係者の間でいま大きな注目を集め、研究が盛んに行われている。

そもそもAKA-博田法とは、1970年代に米国で生まれた関節運動学を基礎とし、リハビリテーション専門医の博田節夫氏(元国立大阪南病院理学診療科医長)が1979年に独自の方法論として考案した治療法だ。ちなみに「AKA」とは「関節運動学的アプローチ」(Arthro kinematic Approach)を略したものである。

望クリニックの住田憲是院長がAKA-博田法を知ったのは、1985年

のことだった。

「リハビリテーションの学会で博田先生の講演を聴いたのです。痛みでリハビリを行えない患者さんに対し、AKAという療法で痛みをとり、リハビリの効果を上げている、というお話でしたが、これは腰痛治療にも使えるのではないかと、ピンときたのです」

当時、整形外科の専門クリニックを開業していた住田院長は、常々「腰痛は、従来の『整形外科的な考え方』だけでは解消できないのではないかと考えていた。

「整形外科では、腰痛の原因を『神経根の圧迫や炎症、あるいは椎間板・関節・骨の老化』などに求めます。しかし、レントゲンやCT、MRIといった画像診断でこれらの異常が認められなくても、まったく痛みを感じず、健康そのものの人もいます。また逆に、ひどい痛みなのに、画像診断の結果、まったくの異常なし、という人もいます。つまり、腰痛治療に整形外科の常識は

