

〈仙腸関節機能異常〉

## 手のひらと指先で 五十肩の痛みを和らげる

### 上半身の重みにより最も 故障しやすい仙腸関節

最近、腰、背中、足、肩、腕などの痛みの診断と治療の分野で「AKA（関節運動学的アプローチ）博田法（以下AKA——博田法と略）が注目されています。

「AKA——博田法」は、米国のマコーネル医師らが提唱した関節運動の理論に基づき、70年代に当時の国立大阪南病院の理学診療科医長だった博田節夫博士が開発された、手のひらや指先を用いて治療する手術療法です。

それでは、関節運動学とは何か。東京豊島区の望クリニク整形外科の住田憲是院長に説明してもらいましょう。

「人体には約200個の関節がありますが、関節には動く関節と動かない関節があります。手指、ひじ、脊椎など動く関節は内部では滑り、回転、回旋という3つの運動が組合わさって、さまざまな動きに対応しています。この関節の中の動きを研究しているのが、関節運動学です」

脊椎（背骨）は頭蓋骨の下から尻のうへ、いわゆる尾骶骨まで一本の棒になっていて、上から頸椎、胸椎、腰椎、仙椎、尾椎に分類されます。

このうち、上半身の重みをもろに受けるのが、背骨の一番下にある三角形をした仙骨です。仙骨の左右は扇の形をした腸骨と結合しており、この仙骨と腸骨を結ぶ関節を仙腸関節と呼んでいます。

この仙腸関節は前述したように

上半身の重みを支えているので、物理的にも最も故障しやすい関節です。つまり、仙腸関節は関節の機能異常（ディスファンクション）を起こしやすい関節だということです。

「ところが、仙腸関節に機能異常が起こると、どういふことになるのかというと、仙腸関節から離れた腰、足、背中、肩、腕まで痛みが拡散（関連痛といいます）します。

逆に原因不明の腰や足（下肢）の

②患者さんには仰向けに寝てもらってひざを伸ばしたまま、片足をゆっくり持ち上げる。神経根が刺激されていると、腰や足が痛くて、20〜30度くらいしかあがりません。

③患者さんを仰向けに寝かせ、股関節を内、外側に曲げたり、内、外側に回してテストします。仙腸関節機能異常があると、腰や足（下肢）に痛みが起こります。

このようなテストで足腰が動きに

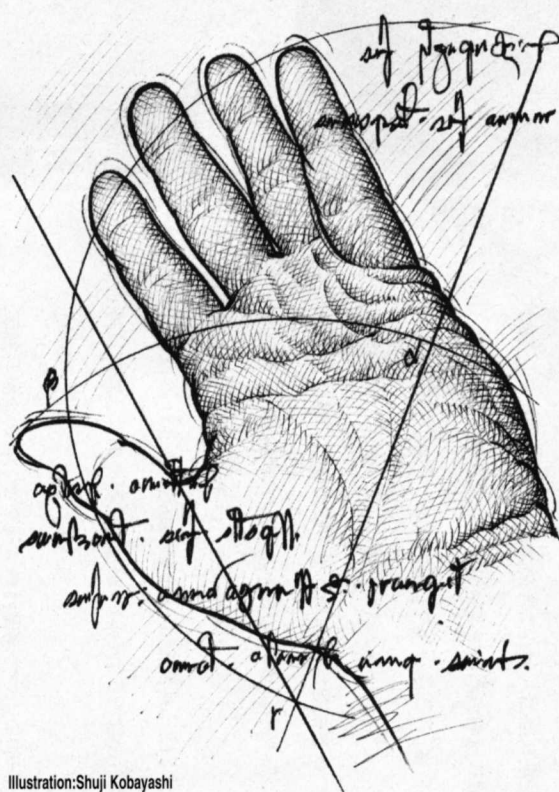


Illustration: Shuji Kobayashi

痛みに対してAKA療法を行うと、痛みが取れることがわかりました」

（住田院長）

AKA療法を行う前に、次のようなテストを行います。

①患者さんを直立させた姿勢で体を前屈、後屈、側屈してもらおう。前、後ろ、横に曲げてもらいます。仙腸関節機能異常があると、腰に運動制限があり、痛みが出るか、痛みが強くなります。

関節の機能異常ではありません。AKA療法で取れる痛みと、取れない痛みがあります。

AKAで取れる痛み

五十肩、肩こり、テニス肘、野球肘、腱鞘炎、ゴルフ肩痛。ムチウチ症で長期にわたる頸部痛、肩こり。

変形性脊椎症、分離・すべり症、骨粗鬆症、変形性股関節症、変形性膝関節症、ギックリ腰、頸肩腕症候群、一部の腰部脊柱管狭窄症。

AKAで取れない痛み

脳腫瘍による痛み、神経根の圧迫のある頸部痛、手の痛み、しびれ。病名では頸椎椎間板ヘルニア、手根管症候群など。腰椎椎間板ヘルニアなど神経根圧迫による腰痛、足の痛み、しびれ、感覚異常。

腫瘍、脊椎カリエス、脊椎炎による痛み、脊柱管狭窄症による腰、足の痛み、しびれ。慢性関節リウマチの痛み、がんの骨転移による痛み。膝の半月板損傷、十字靭帯損傷など外傷による痛み、感染症による痛み、脊髄腫瘍による痛み。

「以上の痛みは関節の機能異常とは別の病気が外傷による痛みであり、AKA療法適応外のものであります」

（住田院長）

（甲斐良一）

〈今回は「鉄欠乏性貧血」〉

●AKA博田法に関する問い合わせ先  
日本AKA医学会事務局  
0823(57)36366

●AKA博田法の専門医  
望クリニク・住田憲是院長  
03(3986)78889