

荒木秀明(著)

骨盤・脊柱の正中化を用いた非特異的腰痛の治療戦略

評者 高柳清美

埼玉県立大大学院保健医療福祉学研究所

荒木秀明氏は長年、運動器理学療法を専門とし、運動器専門病院、理学療法士教育機関などで活躍されてきました。特に腰痛理学療法の第1人者の1人です。このたび、これまでの多年にわたる臨床・研究で培われた“腰痛理学療法”の集大成の一つとして、『骨盤・脊柱の正中化を用いた非特異的腰痛の治療戦略』を上梓されました。

非特異的腰痛とは、厳密に原因が特定できない腰痛の総称です。これまで腰痛の約85%がこの非特異的腰痛とされてきましたが、精査した研究ではこのうちの80%が特定でき、椎間板のほかに椎間関節、仙腸関節といった腰椎の関節部分、さらに背筋など、腰部を構成する組織のどこかに痛みの原因がある可能性は高いとされています。

本書ではまず、腰痛の治療戦略を示す前に、「骨盤と脊柱は、構造的にあるいは機能的に非対称なのか？」という疑問を投げかけることで、抗重力下において立位および座位で生活するヒトの脊柱と骨盤の非対称性が、非特異的腰痛の主要因であるかもしれないという仮説を示しています。

前半では、「解剖学的下肢長差によって機能的非対称が生じるのか?」、「座位姿勢によって機能的非対称が生じるのか?」など、機能的非対称が生じる主要因を解説し、機能的非対称が身体にどのような影響を及ぼすのかについて、論文をレビューしています。次に機能的非対称の評価について触れ、疼痛緩和や疼痛除去に関する戦略法へと続きます。

後半では、非対称性を緩和させ、骨盤・脊柱を正中化することによる臨床的意義とその効果、機能的非対称を見分ける鑑別法、機能的非対称の分類、自動運動と主訴に応じた骨盤・脊柱に対する正中化手技、多様な臨床症状に応じた正中化手技について解説し、腰痛を引き起こす要因ごとのケーススタディを例示しています。最後に下肢長差に関するシステ

マティックレビューを示し、下肢アライメントと骨盤・脊柱アライメントとの関連性から、腰痛をどのように回避していくかを教授しています。

『腰痛診療ガイドライン 2012』, Cochrane Library の“Spinal manipulative therapy for chronic low-back pain : an update of a cochrane review” (2011), “Traction for low-back pain with or without sciatica” (2013), “Back Schools for chronic non-specific low back pain” (2017) などでは、腰痛症に関する運動療法の効果が報告され、根拠に基づいた理学療法介入とその効果が明らかになってきました。また, Basson A¹⁾, Vanti C²⁾, Ribeiro DC³⁾, Luomajoki HA⁴⁾, Meyer C⁵⁾ など腰痛症に対する運動療法の効果に関するシステマティックレビューやメタ分析の論文が次々と発表され、理学療法効果が科学的に証明されてきています。

非特異性腰痛を緩和・除去する“根拠に基づいた理学療法実践書”として、本書を推薦いたします。

■参考文献

- 1) J Orthop Sports Phys Ther. 2017 [PMID : 28704626]
- 2) Disabil Rehabil. 2017 [PMID : 29207885]
- 3) BMJ Open. 2018 [PMID : 29730631]
- 4) Musculoskelet Sci Pract. 2018 [PMID : 29631119]
- 5) Ann Phys Rehabil Med. 2018 [PMID : 29578102]

B5版・144頁
定価：本体 3,800 円＋税
医学書院刊，2018 年