

## ご相談のあった首・肩の症状一覧

- ・首のこり

⇒使い過ぎや血行不良等で生じる痛み等の症状

- ・肩こり

⇒肩こりと同じ様な症状

- ・40肩・50肩

⇒強い痛みと肩が動かなくなるのが最大の特徴  
で酷いと痛みで寝られない事もある

- ・手や指の痺れ

⇒首の骨から出ている神経によって引き起こされる。

- ・テニス肘, 野球肘(スポーツ外傷)

⇒手首を繰り返し曲げたり伸ばしたりして筋肉の付け根

である肘に痛みがでる症状

「重い感じがする」や「何となく調子が悪い」  
等も頻繁にご相談があります。

## ご相談のあった背中症状一覧

- ・ 背中のこり  
⇒ 背中周囲の筋肉が血行不良や使い過ぎにより痛み等の症状が出る
- ・ ぎっくり背中  
⇒ ぎっくり腰の背中版ぎっくり腰と同じで強い痛みが特徴で動けなくなる
- ・ 呼吸がしにくい  
⇒ 意外と多いのがこの症状、背中や胸の筋肉が硬くなっている場合に起こる事がある

「重い感じがする」や「何となく調子が悪い」等も頻繁にご相談があります。

## ご相談のあった腰・足の症状一覧

- ・腰痛

⇒筋肉が硬くなって起こる痛み等の症状

- ・ぎっくり腰

⇒突如として起こる急な強い痛み

- ・座骨神経痛

⇒お尻や足にでる痺れや鈍い痛みでお尻に原因がある場合が多い

- ・足の浮腫み

⇒ふくらはぎ等の筋肉が硬くなっていると体の液体が下に溜まりおこる現象

- ・足がツル

⇒筋肉が硬くなっている事や水分不足、ミネラル(塩分等)が不足していると起きる現象

「重い感じがする」や「何となく調子が悪い」等も頻繁にご相談があります。