

6月頃、小学校の参観会に行った。授業は「英語活動」で、入口から奥の窓際に立って参観した。20分程すると、腰から右膝にかけて痛みと痺れを感じ始め、それをがまんしていると、冷や汗が出て来た。まだ授業は終わっていないが、少し脚がガクガクするのを抑える様にして教室を出た。右腰の筋肉の凝りが強く、それが坐骨神経に影響し、坐骨神経の支配域である下肢に異常が及ぶ坐骨神経痛である。

右腰の軽い腰痛は以前から感じていた。それが悪化したのは、昨年8月末に息子が生まれ、毎日、オムツをしゃがんで洗ったからである。腰に感じる痛みをがまんして洗っていた。座っていれば、問題ないが、長く立ったり歩いたりすると、右下肢がおかしくなった。4月末の運動会で歩き回っていた時にもひどかったが、参観会で最高潮に達した。

坐骨神経痛の患者は何人も治療している。今年5月にも70過ぎの人が治療に来た。1月末より痛み出し、整形外科を2ヶ所変わり、薬店で民間薬を飲んだりしていた。始めは足だけの痛みだったが、しだいに腰まで痛くなり、夜も眠れない。痛み止め注射を2日毎に打っているが、効かなくなっている。この注射の為か、耳鳴りも起こって来た。田植えの準備が進まない。

左下肢の坐骨神経痛である。左足首付近が「もちにくい」他、左大腿後部が「つっぱる」と言う。診ると、左足首付近は乾燥し、赤黒い糸の様に血液が滞っているのが見える。これは長い間、血液の流れが滞ってできる。臀部直上の腰で右腰の方が表面的には凝りが強いが、左腰も奥には凝りがあった。私の場合では右腰の強い凝りで同側下肢に影響が出ていたが、この方の場合は、右腰が主に凝り、影響は反対側の左下肢で出ている。影響の出る場所も、私は最初、

膝に出たが、この方の場合は足首である。腰のどこで坐骨神経に凝りが影響するかで、下肢への響き方が変わって来る。また、下腹の状態に関係し、邪気の質によっても痛み方は変わる。

初回治療では、右腰の凝りに対する鍼を中心に背全体を緩め、邪気を取った。左下肢にはほとんど鍼をしなかった。2日後、来院すると、「トラクターに乗る気になった」と喜んでた。その後は左下肢や左腰にも鍼をし、症状は一進一退だったが、次第に良くなった。計7回治療し、15日後の田植えに間に合った。

さて私自身の坐骨神経痛も、「その内治る」と放っておけなくなった。こうした状態を長く続けければ、この方の様に、影響を受けた部分の問題も生じる。患者に対するのと同じ治療ができればいいわけだが、腰の局所に対する深鍼を自分でするのは難しい。そこで、ワークショップで教えている棒鍼(木でできたツボ押し棒)と気功ストレッチの組合せで積極的に治療した。それが効を奏して、今は軽い腰痛の状態に戻った。

坐骨神経痛や腰痛になっていなくても、腰部の背骨の際を指で探ると、片方だけ異常に凝っている人は多い。仰向けに寝ると、足先の開きが左右異なり、脚の長さが違っている。「坐骨神経痛の氣(け)」と私は呼んでいる。小学生で既にそうした氣(け)がある患者もいる。腰痛は余り感じなくとも、そうした腰の凝りが主因で足や膝などに影響が出ている場合がある。膝痛の為、膝の検査を受け、半月板や十字靭帯の問題があると、そのせいにされる様だが、実は坐骨神経痛の氣が膝痛の主因である場合があるだけでなく、その為に半月板や十字靭帯に問題が生じたのではないかと私は思っている。

(2010年8月立秋)