

側弯症に対するリハビリテーション

側弯症とは？

- ✓成長期の子供中心に、背骨や曲がりやねじれが生じるものです。
- ✓主に原因不明の特発性側弯症と姿勢やスポーツの繰り返しによる機能性側弯症に分けられます。

リハビリテーション

- 当院では、側弯トレーニング[®]認定トレーナーを取得した理学療法士が全身を評価し、側弯症に対するトレーニングや生活指導を行います。

側弯トレーニングの目的

1. 変形の進行防止
2. 呼吸機能の維持改善
3. 外見の改善
4. 疼痛などの機能障害の改善
5. 生活の質の向上



リハビリの流れ

STEP
1

Drによる診察



- ・院長による診察
- ・レントゲン撮影
- ・画像初見や身体初見を基に診断していきます。

STEP
2

理学療法士による全身評価



- ・レントゲンを基に姿勢をチェックします。
- ・筋力や可動域など、全身を評価します。
- ・問診や全身評価から側弯症を進行させる要因を見つけます。

STEP
3

側弯トレーニング



- ①自覚化
 - ・ご自分の背骨の状態と一緒に確認し、理解してもらいます。
 - ・姿勢の修正方法をお伝えします。
- ②エロンゲーション
 - ・身体を上へ伸ばし、重力に負けない身体を作ります。
- ③矯正エクササイズ
 - ・背骨の変形と反対の方向へ矯正していきます。

STEP
4

ホームエクササイズ・日常生活指導



- ・家出できる側弯トレーニングを指導します。
- ・側弯症の進行が考えられる日常生活動作を改善し、指導していきます。

※以下の点はご了承ください

- ・基本的な目的は進行の予防になります。変形の改善は見込まれますが、完全に真っ直ぐな背骨に戻るというものではありません。側弯症に対してどう向き合っていくかを一緒に考えていきましょう。
- ・当院のリハビリだけではトレーニングの効果が発揮されとは限りません。そのため、ホームエクササイズをお伝えしますので、ご自宅でも継続して行なってください。
- ・側弯症のリハビリにおいて、ご家族の協力が重要になります。そのため、診察・リハビリの際には、ご家族の方の同席をお願いします。