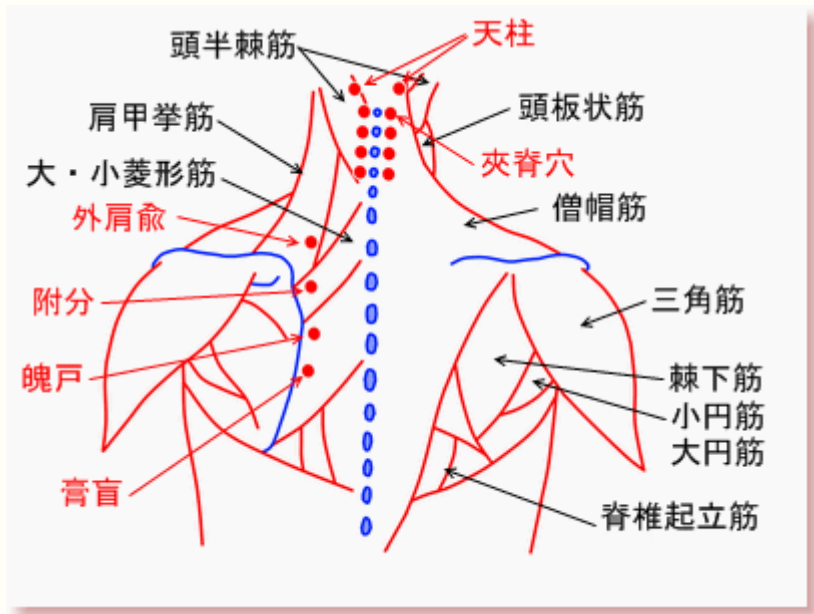


## 第29回【頸部の鍼治療について】

前回の第27回、第28回で紹介した頸部捻挫を中心にした鍼治療を今回はお話したいと思います。特に、鍼をしているときにどのあたりに鍼をおこなっているかを見ていきたいと思っています。下図が頸部の主な刺鍼部位になります。



頸部捻挫では、原因が筋肉や靭帯の部分にあります。このことより、筋肉の緊張や押したときの痛みの部分の消炎や鎮痛、筋肉の緊張の緩和を目的として鍼をします。

首や肩の筋肉では、僧帽筋（そうぼうきん）やその深部の頭半棘筋（とうはんきょくきん）や多裂筋（たれつきん）などを目的に天柱（てんちゅう）や頸椎の棘突起（きょくとつき）の横の夾脊穴（きょうせきけつ）や肩甲挙筋（けんこうきょきん）では肩外髁（けんがいゆ）、菱形筋（りょうけいきん）では附分（ふぶん）、魄戸（はくこ）、膏肓（こうこう）など、また、僧帽筋の外側の頭板状筋（とうばんじょうきん）、最長筋（さいちょうきん）などを目的に鍼を刺入します。他にも、筋肉の緊張の強いところや押したときの痛みの反応が強く出ているところなどにも鍼を刺入します。

上記の主な刺鍼部位はご家庭で指で軽く押すだけでも効果がある場合があるので試してみるとよいかもしれません。（決して強くは押さないでください）

痛みが強い場合、または、気になる症状がある場合は、ぜひ当院へご相談ください。