

緊張性頭痛

患者様情報

来院されるまでの症状

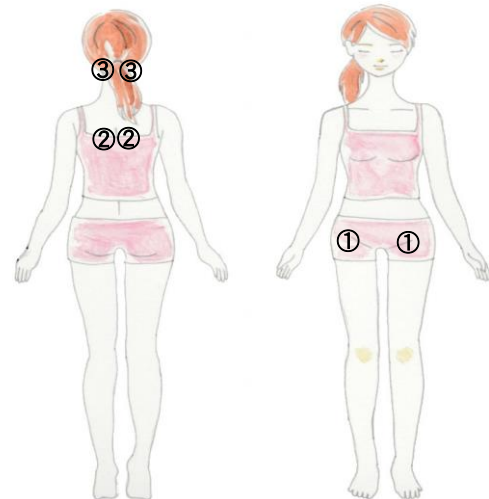
- ・長年首こり、肩こりに悩んでいて、慢性的に頭痛の症状が出ていたそうです。
- ・生理周期が乱れてきて、更年期障害の症状が出始めたころから症状が悪化して、1日5錠の頭痛薬を服用いと生活できないほどになってしまったようです。
- ・常に倦怠感があり、慢性胃炎、薬に頼らないといけないほどの頑固な便秘に悩まされ、年々不調の箇所が増えて精神的にも不安になってしまったようです。
- ・鍼は怖いイメージをお持ちだったようですが、知り合いの方に勧められて、ご来院いただきました。

患 者 様	50 代 女性
初 診	2021 年 10 月
既 往 症	橋本病、クローン病
他 の 症 状	首こり、肩こり、更年期障害、便秘、冷え性（末端）

四診と経過

■ 診療（診断と施術）

- ・初診時、下腹部に強い硬さがあり、腸内が動いてなさそうなイメージを持ちました。足先に強い冷えがあつて、年中温まることはないと話していました。
- ・まず、鼠径部に優しい鍼で、お腹の硬さ、足先の冷えをとる鍼を施しました。
- ・首から背中にかけて、他覚的にも猫背が強く筋緊張があつたので背中の中ん中のラインに優しいお灸を多めにして筋緊張をとり肩から背中にかけて刺激の弱い鍼を施しました。



使用した主要なツボ

- ①ムノ部 ②膏肓（コウコウ）
③天柱（テンチュウ）

■ 初診後の経過

- ・治療後は、下腹部の硬さがとれて、足先が温まりました。
- ・首から背中にかけて筋緊張が取れて、見た目にも呼吸が深くできている様子でした。
- ・「鍼の怖いイメージがなくなりました」とお話頂いたのが印象的でした。

■ ひとこと添えさせていただきます

- ・今回は慢性の緊張性頭痛で、かなり長期間患っているケースでした。痛みがあることが普通で、薬を飲めば治るという考え方だったと思います。さまざまな考え方があるとは思いますが、1日5錠の薬の量は多すぎるのではとお話させていただきました。
- ・痛みは身体からのSOSだと思います。身体の声に耳を傾けることで大きな病も防ぐきっかけになると考えています。