



# この腰痛はどこで感じてるの？



痛みはどうやって感じるのでしょうか？そんなの考えたことないわ！痛い場所が痛いに決まってる！ということではなく、実際に『痛み』を感じているのは『脳』になります。痛みの原因になっている組織が何らかの損傷を受けて、その情報が、末梢神経に伝わり、さらに脊髄・脳の順番で伝わり最終的に『痛み』を感じるようになります。



脊髄

様々な経路で脳が痛いと感じる

## 痛みは体のリスクサイン

そもそも痛みは、命の危険や苦痛から逃れるためのサインで、その人がより良く生きていくために備わっている、身体を守るための仕組みです。

『急性痛であろうが慢性痛であろうが、何かしら原因があるに違いない！』と考えたりしますが、まだまだ現代の医学では完璧にわかっているわけではないようです。単純に急性の痛みが治らないものが慢性痛というわけではないようです。

もともと人間は、ケガをしたら自然と治そうとする力が備わっています。また、痛みに対しても、痛みを緩和させるシステムが備わっています。例えば、脳内モルヒネ（エンケファリンなど）の放出です。モルヒネは一般的には、麻薬として知られますが、脳が痛みや苦痛を感じた際に放出され、鎮痛効果をもたらします。ランナーズハイと呼ばれる現象はこのシステムに相当します。（鍼灸治療も同様のシステムが関係すると考えられています。）慢性的な痛みは、体の中の鎮痛システムに異常が起きているのではないかと考えられています。

### 編集後記



実は、私（院長）も腰痛に悩まされていた時期がありました。病院では、『椎間板ヘルニア』『腰椎分離症』とも診断されベットから動けない経験もしました。思い出しても実に辛かったです。部活を休もうにも、周りからはズル休み！？とか言われて、ストレス感じまくりで、胃潰瘍にもなっていました。もっと色々情報があれば、それ程苦しまなくても済んだのではないかとと思います。今は、本当に情報にあふれまくっていて、どの情報を信じたらいいか・・・わからなくなりますね。腰痛を感じる人の少しでも力になればと思います。

美容鍼・鍼灸・整体・整骨も好評受付中！！



ご予約の際は「チラシを見て予約したい」とおっしゃって下さい

☎ 072-628-0689

検索してみてください

ませ鍼灸整骨院



LINEからも予約できます。

2台分あり

