

香曾我部義則先生の今月のカルテ ⑨

慢性痛とペインクリニック

「痛み」の診断・治療を行う専門診療科、ペインクリニックとはどのような治療を行うのか―梶木病院麻酔科・ペインクリニック科の香曾我部義則先生が分かりやすく説明してくれるこのコラム。第9回のカルテは「肩凝り」です。

痛い、重い、だるい 症状が出るのです。 といった症状が肩に生 じると、肩凝りと呼 び、主に肩や首筋の筋 肉が緊張し、血液の流 れが悪くなるため起 きます。筋肉への酸素 不足、老廃物が蓄積す るため『痛い』とい う

肩凝りの原因はさまざま内臓疾患から起るものには要注意

筋肉の緊張は 低下の悪循環が痛みだ 入る（暖める）、スト レ、脱力、感覚障害を 伴うことがあり、レン トゲンやMRIで確 認する必要があります。 肩凝りが伴う頭痛。日 本人の頭痛で一番多い 「緊張型頭痛」につい てです。

ことができなくなり筋 肉はさらに緊張し縮こ まります。緊張と血流 りはお風呂にゆったり 入る（暖める）、スト レ、脱力、感覚障害を 伴うことがあり、レン トゲンやMRIで確 認する必要があります。 肩凝りが伴う頭痛。日 本人の頭痛で一番多い 「緊張型頭痛」につい てです。

ことができなくなり筋 肉はさらに緊張し縮こ まります。緊張と血流 りはお風呂にゆったり 入る（暖める）、スト レ、脱力、感覚障害を 伴うことがあり、レン トゲンやMRIで確 認する必要があります。 肩凝りが伴う頭痛。日 本人の頭痛で一番多い 「緊張型頭痛」につい てです。

ことができなくなり筋 肉はさらに緊張し縮こ まります。緊張と血流 りはお風呂にゆったり 入る（暖める）、スト レ、脱力、感覚障害を 伴うことがあり、レン トゲンやMRIで確 認する必要があります。 肩凝りが伴う頭痛。日 本人の頭痛で一番多い 「緊張型頭痛」につい てです。

ことができなくなり筋 肉はさらに緊張し縮こ まります。緊張と血流 りはお風呂にゆったり 入る（暖める）、スト レ、脱力、感覚障害を 伴うことがあり、レン トゲンやMRIで確 認する必要があります。 肩凝りが伴う頭痛。日 本人の頭痛で一番多い 「緊張型頭痛」につい てです。



香曾我部義則先生

■プロフィール こうそかべ・よし のり 昭和54年3月 岡山大学医学部卒業後、同大学麻酔科・蘇生科講師、岡 山労災病院麻酔科第一部長を経て今年4月1日から現 職。日本麻酔学会専 門医。日本ペインク リニク学会認定医。 現在日本麻酔学会、 日本ペインクリニック 学会、日本慢性疼 痛学会、国際疼痛学 会などに所属

貧血、胃かいようななど） 症状が気になるようなら 医師にご相談下さい。

でも肩凝りは起こりま 頑固な肩凝り、頸椎

す。メガネやコンタク トが合わなかったり、 長時間のパソコンなど から生じる肩凝りには 神経ブロックが効果を 示します。トリガーポ

の目の疲れは肩凝り の原因になり、同時に ほかの要因で起こる肩 凝りを悪化させます。

「頸椎の異常」では 椎間関節の障害、椎間 板ヘルニアなどによる 神経圧迫の症状の一つ として肩凝りが生じま す。このような場合は 痛みだけでなく、しび

な人、イライラしやす い人は要注意です。 強い、真面目で几帳面 化を来します。「精神 的ストレス」も肩凝り のもとです。責任感が 強い、真面目で几帳面

な人、イライラしやす い人は要注意です。 強い、真面目で几帳面 化を来します。「精神 的ストレス」も肩凝り のもとです。責任感が 強い、真面目で几帳面

な人、イライラしやす い人は要注意です。 強い、真面目で几帳面 化を来します。「精神 的ストレス」も肩凝り のもとです。責任感が 強い、真面目で几帳面

な人、イライラしやす い人は要注意です。 強い、真面目で几帳面 化を来します。「精神 的ストレス」も肩凝り のもとです。責任感が 強い、真面目で几帳面

な人、イライラしやす い人は要注意です。 強い、真面目で几帳面 化を来します。「精神 的ストレス」も肩凝り のもとです。責任感が 強い、真面目で几帳面

な人、イライラしやす い人は要注意です。 強い、真面目で几帳面 化を来します。「精神 的ストレス」も肩凝り のもとです。責任感が 強い、真面目で几帳面

な人、イライラしやす い人は要注意です。 強い、真面目で几帳面 化を来します。「精神 的ストレス」も肩凝り のもとです。責任感が 強い、真面目で几帳面

な人、イライラしやす い人は要注意です。 強い、真面目で几帳面 化を来します。「精神 的ストレス」も肩凝り のもとです。責任感が 強い、真面目で几帳面

な人、イライラしやす い人は要注意です。 強い、真面目で几帳面 化を来します。「精神 的ストレス」も肩凝り のもとです。責任感が 強い、真面目で几帳面

な人、イライラしやす い人は要注意です。 強い、真面目で几帳面 化を来します。「精神 的ストレス」も肩凝り のもとです。責任感が 強い、真面目で几帳面

な人、イライラしやす い人は要注意です。 強い、真面目で几帳面 化を来します。「精神 的ストレス」も肩凝り のもとです。責任感が 強い、真面目で几帳面

な人、イライラしやす い人は要注意です。 強い、真面目で几帳面 化を来します。「精神 的ストレス」も肩凝り のもとです。責任感が 強い、真面目で几帳面

迎え下さい。 皆さま良いお年をお 迎え下さい。 ■メモ 問い合わせ先 日本ペインクリニック 認定施設・梶木病院（西 花尻1231-1）