

【患者様の問診実例】

《備考》

40代男性

主訴：姿勢改善（特別痛みがあるわけではない）

奥様がバレエをされており、姿勢に対する意識が高い。

一緒にご来院。

結果としては初回で10万円の回数券を購入された実例です。

正直、音声を聞いて、書きおこしを見ても、普通の会話にしか聞こえないと思います。

ただ、コミュニケーションとして意識している事は膨大にあります。

これが自然にできると、リピートも取れます。

解説の音声も併せて聞いてみて下さい。

高品	Fさん
じゃあ、具体的な症状というか姿勢ですけど、どんな感じが教えてもらって良いですか？	えっと、姿勢がやはり悪くて、で、妻がバレエをしていて、姿勢がとっても良くて、言われるんですけど、なかなか治らなくて、じゃあ一度誰かに見てもらおうかなと 身体は今は、もっと今より94kgくらいあったんですけど、痩せてきてそこはいいんですけど
ちなみに、何キロですか？	今、78kgですね
どのくらいかけて減らしたんですか？	1年半くらいですかね で、そうすると、欲が出てきて、今度姿勢も良くしていこうってなったんですけど、なかなか言われても難しく、根本的に直せるならこれを治したいって あと一番僕が個人的に、この前写真を撮ってもらって、横から見たら、すごい僕、絶壁が目立っていて、これ治したいなって、で妻がこうしろって言われて、確かに絶壁じゃちょっとなくなる これを、一日中どうしたらキープできるのか、あとこうすると少し苦しい
ちなみに、どう姿勢が悪いと思います？	僕が姿勢が悪いなっていうのは、首がひゅって出てしまうっていうのと
頭の位置ですかね？	これは妻の受け売りですけど、丸まってしまう、っていう
猫背ですかね？	猫背は昔から・・・
肩こりとかはないんですか？	ないですね、腰の痛みと肩こりっていうのはないですね
身体痛めた経験はあるんですか？	

なるほど 何回くらいありますか？	ギックリ腰はありますね
ちなみに直近いつですか？2回目は	2回くらいですね。床でずっとこういう姿勢でこういう風に作業していたってことがあって、引っ越しの時に、で他の引っ越しの時もずっと続けていたら、そこからはそういうことはしないようにしていたらなくなりました
10年くらいですね？	えっと、10年以上前です
そこからはないですね？	ないです
慢性的な腰痛も特にはないですね？	ないです。あっ昨日も子供のバドミントンを3時間くらい見ていたら腰痛くなりましたね
姿勢が悪いので、頭が前に出てるっていうのと、丸まってるっていうのとはですか？	が僕が思う姿勢の悪さですね
他に何かありますか？感じることは	それだと思います
そういう感じですね・・・	
えーと	
肩痛めとか四十肩とかの経験はありますか？	ちょっと痛くなってきました
今肩痛いんですか？	今は良くなりました。1日休むと良くなりますね (肘怪我してなかった？)
肘はいつくらい？何されてます？	あ、肘そうですね
1年半くらい	テニス肘みたいな。整形外科に行ったらテニス肘でじっとしてれば治るって言われて、あれも1年くらい前かな。1年半くらい前かな。ちょっと重いラケットでバドミントンをしていた
ついでに、過去の怪我 骨折脱臼捻挫身体を縫ってる交通事故、この辺幼少期も含めて何かありますか？	特にはないですね
テニス肘くらいですかね？	はい
交通事故もない？	ないですね
捻挫とかもないですね？	

<p>学生時代何かやっていたことありますか？部活とか</p> <p>今何かされてますか？</p> <p>はい</p> <p>自分でよくしようと思ってやっていることですね</p> <p>ストレッチとか、胸を張ったりとか、顎引いたりとか意識していること。意識というよりやっていることですね</p> <p>目的はなんですか？</p> <p>痩せるため</p> <p>えっとジムに行ってるんですか？</p> <p>プライベートレッスン？じゃあもう全身？体幹？</p> <p>筋トレを週一回で、どのくらいの期間行ってるんですか？</p> <p>これで痩せた感じなんですか？</p> <p>姿勢はなんて言われてますか？</p> <p>あ、ちなみにトレーナーの方はどういうふうな状態でどうしてくださって言われてますか？</p> <p>なるほど</p> <p>あ、そうなんですか</p> <p>なるほど</p> <p>まあ姿勢は最近なんですか？</p> <p>日頃自分で感じている身体の左右差って何かありますか？</p> <p>じゃあ特に痛み・不調とかっては何にない感じですか？</p>	<p>捻挫はあるかもしれないですね。足首とか</p> <p>スキーはしてましたけど。冬の間だけなんで</p> <p>何もしてないです</p> <p>やってないですね。あ、筋トレは週に一回</p> <p>痩せるため</p> <p>はい</p> <p>えっと、プライベートレッスンで</p> <p>そうですね。言われた通りに</p> <p>それが1年半くらいですかね</p> <p>そうですね。言われた通りに、食生活から何から姿勢のことも言われるんですけど・・・</p> <p>えっと</p> <p>普段の姿勢のことは今言われてないというか、その話はなかなかしてなかったの。まあ、昔より姿勢良くなりましたねって、それは背中に筋肉がついてきたからですねっていうのはおっしゃられていました</p> <p>姿勢の話は昨日くらいからですね</p> <p>(今までは体重を減らす、プラス筋肉をつけるみたいな話だったんで)</p> <p>で横から撮ったんだよね。だんだん他のことが気になってきた</p> <p>はい</p> <p>筋トレしてたらこっちの方が筋肉がつきにくくなって</p> <p>はい。やっぱり右足で、右で何かすることが多いなって</p> <p>ないですね</p>
---	---

<p>現状ないですね？</p> <p>膝痛めたりとか、股関節痛めたりとかはないですね？</p> <p>呼吸が浅いとかはそういうの感じたりしますか？</p> <p>仕事はデスクワークですか？</p> <p>デスクワーク何時間くらい1日やるんですか？</p> <p>12時間</p> <p>それで腰は痛くならないんですか？</p> <p>えっと、作業姿勢とかはどうですか？その環境とかは何か意識してます？？</p> <p>家にいるときは椅子とか床とか</p> <p>なるほど。身体の柔軟性はどうですか？</p> <p>普通かなと</p> <p>自分でできることはお伝えするんですけど</p> <p>猫背の時点で頭が前に出てるっていうのと</p> <p>まあ段階を追って話をしていくので</p> <p>一回で全部伝えることはできないんですけど大丈夫ですか？</p> <p>じゃあ身体を診ていくので・・・立って頂いて</p> <p>ちなみに、奥さんのいう姿勢がいいのと</p> <p>僕たちがいう姿勢がいいは違うと思います</p> <p>バレエの姿勢がいいと</p> <p>解剖学的に見たときに姿勢がいいってちょっと違うんですよ</p> <p>バレエの方も腰痛の方っていらっしゃると思うんですよ</p> <p>反り腰なんです。そう</p> <p>で反り腰って、なんとなく姿勢がよく見えるんですけど</p> <p>そうじゃないっていうのを前提に話をしていきます</p>	<p>ないですね</p> <p>は、ないです</p> <p>デスクワークです</p> <p>12時間は</p> <p>あんまりならないですね</p> <p>いや、何にも意識してないですね</p> <p>家にいることが多くなったんで、床でやってることや、ソファでやる。会社に行くと椅子に座ったり</p> <p>そうですね。椅子とか床とか色んなところで</p> <p>そんな、普通かなと思います</p> <p>はい</p> <p>はい。わかりました</p> <p>はい</p> <p>(反り腰)</p> <p>はい</p>
---	---