

高品です。よろしくお願ひします。

ここはネットで探されたんですかね？

今日探された感じですか？

ありがとうございます。

ちなみに、なんで選んでいただいたとかありますか？

夜間痛あるんですもんね？

ありがとうございます。

じゃあ、具体的な症状。まあいつからとか、何すると痛いとか、そういうの教えて頂いていいですか？

よろしくお願ひします。

そうですね

いえ、ちょっと見てたんですけど。これまで筋膜の整体みたいなのに行って、あんまり良くななくて、近くにやってくれるところないかな、と思って、ちょうど、家から30分くらいのところなので、探してきました。

内容が結構しっかりされていて、店長さんの資格とか色々あったので、そういったところとか、あと、今痛みが一番

ええ、するので、それが結構長引いていて、ここがどうしても、こう改善しないと、特にそこと、あとはやっぱり、ウチのやつもやって、中々、その後も改善しないので、まあ、取れてもすぐ再発しても困るし、そういうのちょっと根本的な治るんだったら、肩ってなかなか治りにくいと思うんですけど、そういうのまた、再発するとアレなんで、そういうのしっかりちゃんとやってくれるところ、やってくれそうな所だったので。

はい。あの、違和感があったのは、わりと3月くらいから、こう、今までこうついていたのが、アレ硬くなったのかな、というのが始まり。そもそも。

で5月、それで別に痛みは出なかったんですけど、5月くらいに、腕がこの、筋肉痛っぽくなり、ああ筋肉痛かなあ、みたいに思ってたら、段々こう肩の方が痛くなってきまして、近くに接骨院があるんですけど、そこにエコーを撮ってくれるところがあるんです。

狭いんですね。

病院は行かれていますか？

レントゲンとかは撮りました？

なるほど

えっと、四十肩・五十肩って言われていますか？

でえっと、3月から違和感感じて、5月にちょっとま

で、そこでエコー撮って見たら、石灰化、まあ癒着があるってことで、まあその時痛くなかったんで、まあただ単に、こうなんか回してればいいかなって思ったんですけど、だんだん痛くなってきまして。で、なんでこの回らなく、可動域が狭くなり、痛く、動かすと痛くて。

それで筋膜の、その筋膜整体行ったのは、石灰化の症状のことも書いていったので、そこにいった、そこ結構あの、痛みを取るというか、なんかこうギリギリやって、痛めるような感じで、それで治していくような感じだったんですけど、それが私に合わなかったのかどうかわからないんですけど、そこから結構夜もこう、それが原因か、進行していったのかわからないんですけど。結局、あの日中動いているときはいいんですけど、ずっとこうやっていると、痛く、寝るとこう固まって痛くなる、そんな感じで、夜起きると、夜中これで起きて、イタタタって感じ。

可動域もこう、段々あの、ポケットの財布が取れなくなったり。

最近はやっと、日中も何もしてなくても痛くなってきた、これはちょっと何かやらなきゃいけないなって感じ、できました。

病院は一回あの、整形外科、行って、なんか

レントゲン、エコー撮りまして、全然、断裂もなく、接骨院でエコー撮ったときは石灰あったって言ってたんですけど、もう石灰無くなってますと、で、骨も筋肉も異常はないんで、であとはリハビリやってくださいって。

いや、そういう病名は特に言われていなくて、なんか画像を調べて、なんだなんだ、でいきなりリハビリやってくださいって言って、で夜痛いんですけどって言ったら、なんか痛み止めくれて、多分痛み止め飲んでくれ、ってでも全然効かなかった。そんな感じでした。

あ痛く、筋肉痛みたいな感じが出て、痛みとしても5月くらいから出てるんですか？

なるほど。

6月から酷くなったんですね。

で今はピークで酷いんですか？

痺れはないんですね？

痛いんですね？

痛いところもう一回なぞってもらっていいですか

まあ親指の方ですね。

痛みですね？痺れはないですね？

痛みがあるんですね。

ちなみに、こう首を動かしたりして、痛みが強くなるとかはないですね？

おっけー。まあ一番、動作的に辛いのは、まあ夜間痛、夜の痛みと、あとは何が辛いんですか？

髪を洗うの痛いんですか？

ここが痛いんですね。

ここが痛いのと、ええ、回すのが痛い

そうですね、ひどくなったのは、6月末くらいから、段々とひどくなっていった感じですね。

はい、で段々段々、悪くなってきました。

そうですね。今が一番酷い感じがします。あの、ちょっとなんかここは上がるようになったんですけど、やっぱり、日中も痛みが出たり

痺れはないです。

痛いです。

えっと、ここと、あとはやるとここと、あとは首にも響く感じ、こういう形。あとは、たまにここから、つながるような感じがします。

はい、ここ

はい 痛みです。

はい

えっと首は、痛みはない。なんか張ってる感じはしますけど、ここがズキッと来た時に、こうくる、なんか引っ張られる感じですかね。なんかそういう感じはします。

えーっと、こういう、あとは、こう髪を洗う

ええっとね、髪の毛、そうですね、ここからが痛いんですね。

で、こうドライヤー乾かすときも、前がこう突っかかるのがあって、肩が回らないで、これが痛い。

はい、回すの痛い。だから、あの。ある、ある方向

なるほど。

今痛い。

でも断裂とかはないって言ってましたよね？

えっと、筋膜の整体はいつ行ってたんですか？何回くらい行かれたんですか？

4回くらい？

まあ、4回くらい

ちなみに、これどちらになるんですか？

五反田にあるんですか。

結構その、患部周りをゴリゴリ

痛いんですね？

はい、あの、整形外科では、特に異常はないっていう風に言われて、整体とか、整骨院では、なんて言われてます？状態の説明とかって、なんか言われてますか？

まあ、石灰化って言われたのは、整骨院ですけど、なんかこう、身体の説明。

特にないんですか？

オッケーです。でえっと、はい肩こり元々ありますか？

最近

なるほどなるほど。

はい、えっと、腰痛とかは？

が痛い。

だから、こういう動作は痛くないですけど、これとか、が痛いっていう。

痛い。これが痛い。

はい。話はないです。

えーっと、筋膜の整体、4回

7月末から、8月末くらい

4回くらい行きました。

えっと、それはね、五反田に。

はい、まあ色んなところやって、こう、結構痛い。

は、特に。

ええ。

肩は、そうですね、あの、どうなんだろう、んまりでも肩こりが辛くてっていうのはないですけど、まあ、肩こうやってやっあって、凝ってるなっという、結構、パソコンの仕事をしましたので、今は、仕事は定年で辞めましたので、今はほとんど、パソコンは家でちょっと、1時間くらいです。

そういった感じなので、肩こりはないと思います。

なるほど。

えっと、猫背は、
あるんですね。

はい。

えっと、過去の怪我ですね。骨折、脱臼捻挫、体を縫ってる交通事故。この辺あったら教えてください。

左ですか？

いつですか？

はい。あとなんかありますか？

ええ、事故とかまあ、骨折とか

縫ったとか

前ですか？

まあ、そのぐらいですか

はい、運動ですね。過去にやってた、まあホッケーとか、他は運動、学生時代と、今何かやられていますか？

ええ、普段自分でこう肩でもいいですけど、よくしようと思って身体のケアされてることありますか？

朝晩、何やります？

えーと、腰痛はほとんど、たまーにあの、ちょっと痛く、ってありますけど、ずっと腰痛で苦しうってことはないです。

あります。

猫背です。

ええっと、身体塗ってるのは、盲腸と、あとこの、膝の裏に、の神経が一本腫れた、神経鞘腫って

左です。これ手術して、あの神経がこう膨らんだのを切ったのが手術

33 くらいですね。30 台前半くらいですね。

手術ですか？

骨折事故、ないですね。

縫ったとかもない

ああ、頭がこうパクッと割れて、

ええ、ホッケーやってたので、ここをハリで縫ったのと

あとはなんだろうな

そのぐらいですかね。手術は

運動、学生時代は、高校までホッケーやってて、大学のときかな？遊びでテニスやってて、で今はゴルフを、月にええ、月に1回かな、でも最近はちょっと、肩痛いのであまり行けてないです。

ええ、一応、ストレッチみたいなのを朝晩

それは肩大丈夫です？

歩いたりとかは？

オーケーです。まあ今も歩いてはいるんですね？
ええと、お風呂入ると少し楽とかありますか？

あんまりないです？朝方痛いとか、時間帯によって
とかありますか？

なるほど。
ちなみにそんなに遠いんですか？マウスは

だいたいそれくらいですね？

オッケーです。

えっと、普段感じている左右差。まあ当然今、右肩
痛いんですけど。肩だけじゃなくて、例えば、首の
動きだったり、股関節の動きだったり、なんかその
自覚として左右差があるところってありますか？

左もあんまり動きは良くないですか

えっと、こういう風にやったり、あとはこう、スク
ワットみたいなやったり、あとはこの足にこう、こ
ういうやつですね。

ええ、大丈夫じゃないです。痛いんです。こうやって
グーってなります。それとか、腹筋みたいなのと
かを一応朝晩。やるようにはしています。

歩くのは、あのウィーキングするように。最近ちょ
っと調子が悪いので、だいたい週2、3回。コロナ
になる前は、毎日歩いてたんですけど。ちょっと最
近やらなくなって、週2、3回くらいになってしま
いました。5、6千くらい歩いてたと思うんですけ
ど。多い時は1万歩くらい歩いて、一回。

あんまりないですね。

まあ一番痛いのは夜中に、動かしてなくて、起きて
固まって痛いのが一番痛い、のと。パソコンやって
て、こうマウスを動かしていると、ここを固定される
のか知らないですけど、マウスを動かしているとき
がここがすごく痛くなる。

ああ、こんくらいですかね？こうやってる時に、こ
れかな？

だから、ここを動かしていない時が痛い。

歩いてる時とか、こうやってる時とか、意外と痛み
がマシ。身体を動かしていない時は痛みが増す。

左右差。左利きなので、左のほうが動くのかなと思
ったんですけど。

良くないんです。左もちょっと痛いような気がする
んです。右に比べればあれなんですけど。

元々あんまり動きは良くないんですね？

身体が硬いんですね？

内科的な問題は何かありますか？

最近ではないですね？

心臓は大丈夫ですか？

そうなんですね。

ちなみに、うちの HP 見ていただいて、四十肩・五十肩のページは見られていますか？

そこにいくつか、動画がついたりしてたんですけど、なんか見たりしました？

分からなかったですね？

ええと、まず石灰化っていう話が出たんで、これについてなんですけど、石灰化って、基本的に、本当に石灰化していて肩が上がらない、痛いつて場合は、注射が一番早いですよ。こういう僕らのところに来るよりも。普通に注射で一発で、まあ一発とは言わないにしても、何回かやったら良くなることが多いんですけど、実際レントゲン撮ってますし、お医者さんの意見も聞いてますし、そこで石灰ないって言われてるんで、多分無いんだと思うんです。で、四十肩・五十肩については、まだ肩見てないんで分からないんですけど、要は、期が分かれていますよ。炎症期・拘縮期・回復期って、その炎症が要は、夜間痛があるみたいな、炎症する時期があって、これは夜間痛があるから痛いんですよ。

身体が硬いんです。

あ、内科ですね。膵臓炎 2 回やりました。それはえっと、20 と 22 の時ですかね。あとは、胆石も一回ありましたね。

最近ではないですね？

心臓は大丈夫です。ただ、時々不整脈が出ます。

まあ、時々っていっても滅多にないですけど。健康診断で、不整脈って出る時じゃないと分からなくて、24 時間の心臓とっても結局出なくて、多分時々、自分で脈拍とると、出たりします。

はい。

なんか、ここをこうやってくださいとか、こうやってくださいとか、それは見ました。あとは上がらない角度によって、どこ見ますっていうのは見ました。で、ちょっとやってみたんですけど。なんか・・・

ええ

で、そこから固まっちゃう時期があるんですね。
で、痛みと一緒に固まってて、まあ動かないと。
で、その先に、痛みはだんだん治ってきたけど、もう動かないっていう時期があるんですよ。
で、どの時期かによって。やることとかも変わってくるんですけど、一応、夜間痛があるんですけど。にしても、痛くなったのが6月、ですかね？

で、2ヶ月くらい経ってるんで、もうぼちぼち炎症は引いててもいいかなっていう感じなんです。

ただ、筋膜の整体でグイグイやったのが、どう関係してるのかはなんとも言えないですけど、もしかしたら、それで炎症が強くなってらんだったら、その炎症による痛みかなっていう感じがあります。
ただ、今こう身体を少し、この状態で見させてもらっても、結構右肩が、こうなってるんですよ、右肩に関しては。

だから、当然こうなればですね、この辺は詰まってくるんで、で前が痛いっていうのは、まあ真っ当と
いうか。だからその辺が、もう少し、肩甲骨がこの方向にひらいてきてくれると、動きが良くなってきてくれるのかなって思うんですけど。

はい

ああ、そうですか。