



Nさん：歩いていると腰からふくらはぎにかけて痛みが出て辛い



入院により下肢筋力が衰えてしまい、筋肉自体も固くなってしまっている。柔道整復師として調べた所、歩くときにお尻の筋肉が神経を圧迫している。そのため神経痛が起こり腰から足にかけて痛みが出ている様子。徒手整復で筋肉の緊張を取り、歩く負担を減らすためお尻の筋肉をつけていこうと思います。



徒手整復



ストレッチ



下肢筋力訓練



徒手整復：神経圧迫部位周りの筋肉の動きを整え、臀部への負担をへらす。

ストレッチ：お尻から足にかけて、固まった筋肉を伸ばしていく。

部屋で1人でも出来るので行うように指導します。

下肢筋力訓練：筋肉量を増やし再発防止を行う。

継続して行ってもらうように指導します。

第二富田デイサービスセンターではその方の困りごとの声を大事にしております
普段気になる事、相談等ありましたらお気軽にお問い合わせください。