

4 腰痛予防が最大の願望

背景技術に述べたように、本件提案は、「寝る時間の利用」、および「背骨軸力なしの治療」と、二つの手段を有し、腰痛予防に多大な貢献となる。

①腰痛予防に寝る時間の利用

マッケンジー体操における基本理論は、図-1に示すように、「腰椎前弯がない姿勢を続けると、腰椎になる。これを防ぐための手段は体操である。」

本件の基本理論は、前段同様であるが、「手段は、腰枕である。」ところのみ異なる。そして腰枕使用后、筋肉の凝りほぐし体操をする。体操は少ないので、両者の評価対比は、大局的には、同等のようにもみえる。

しかし 本件腰枕の使用は、寝る時間の活用がある。寝る時間内は、なにもしないで予防ができるのである。

この腰痛予防は誰でもでき、無限で費用がかからない

これ程 有益な治療・予防法は、これまで存在しない。

②背骨軸力なしの治療

後述の腰椎椎間板ヘルニア治療、および脊柱管狭窄症治療には、寝位にて枕を用いて治療する。したがって、背骨軸力はなく 背骨弯曲化等に効率よく実施できる。

以上①および②の活用によって、腰痛は予防できると思料する。

また枕使用後の凝りほぐし体操などに、極力重力のかからない体操等を用いている。

したがって、前記同様に効率よく実施できる。

なお 枕治療時間の大枠設定など、課題を残すが「これからは時間をかけ解決したいと思います。」

以上総合的に評価し、世界中の腰痛予防・治療に、貢献できると思料する。

図-1

