

# 筋筋膜性疼痛症候群（MPS症候群）と 筋膜リリース（ハイドロリリース）

全身の筋肉は、日常生活やエクササイズなどの運動で絶えず動いています。しかし、日々、仕事などで繰り返す動きや激しい運動、加齢などにより炎症や血行不良を来し、その結果、筋肉を包む筋膜の癒着が起こると言われています。最近では、肩こりや腰痛の原因がこれらの筋肉の癒着によって起こると考えられるようになってきました（筋筋膜性疼痛症候群：MPS症候群）。この疾患は筋肉や筋膜が原因であり、骨や関節には明らかな異常は指摘できず、レントゲンでは診断ができません。



この筋筋膜性疼痛症候群の治療として注目されているのが筋膜リリース（ハイドロリリース）です。炎症などにより癒着した筋膜を、体に害がない液体（生理食塩水）で剥がすことで痛みを緩和します。最近ではテレビなどでも報道され認知度が上がっているかも知れません。

基本的には鍼灸治療と同様、押して痛い所（圧痛点）に針を刺して痛みを緩和します。筋膜リリースが違うのは、超音波検査（エコー）を用いて痛みのポイントを確認し、そこへ生理食塩水を注入し筋肉をほぐす、という点です。時間も一部位（肩、腰など）につき5分程度で終わる簡便な治療です。

超音波はカラダに放射線被曝などの侵襲がなく、筋肉や血管を認識しやすい特徴を持った検査です。また治療に用いる注射の針先もしっかり見えるため、血管や神経を傷つけることなく治療が可能です。

当院では2018年9月頃からこの治療を取り入れ、腰痛や肩こりなど良好な効果が得られることが確認出来ました。残念なことに現時点では保険診療が認められておらず、自費診療で行っております。

ご興味、ご希望がある方はお気軽にお問い合わせください。



## 筋膜リリース（ハイドロリリース）を受けられた方へ 治療後の注意事項



- ・ 注射した部位の絆創膏は1時間後ほどで剥がして大丈夫です。

- ・ 治療当日は入浴しても問題ありません。

- ・ 多くの方は注射直後に効果が見られますが、しばらくは重い感じが残る方もいらっしゃいます。
- ・ 治療部位の安静は必要ありません。むしろ動かして頂いたほうが効果が高い印象があります。
- ・ 治療効果はおおよそ3日から2週間です（個人差があります）。症状が再発した時に再来院して下さい。
- ・ その他、気になること、ご不明な点がありましたら、お気軽にご相談下さい。

