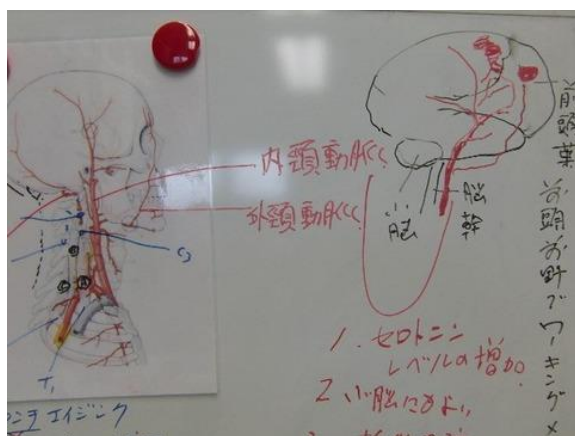


2019年08月23日 18:34

脳科学から見た姿勢矯正

姿勢と不調症状改善の地域サポートセンター、姿勢専門整体院「姿勢カイロ・オフィス」院長の辻内正昭です。姿勢矯正士です。

前回のブログでは大阪大学名誉教授丸山剛郎(まるやまたかお)先生と脳科学者で元北海



道大学大学院医学研究科脳科学専攻神経機能学講座教授澤口俊之先生のお話などを紹介しましたが今回は姿勢矯正と脳科学ということで書いてみたいと思います。

丸山剛郎(まるやまたかお)先生はアゴを矯正することで内頸動脈、外頸動脈、椎骨動脈を解放させ脳内に血流を送り込み不調症状を改善させておられます。アゴの矯正や噛み合わせが脳機能に及ぼす影響については澤口

俊之先生が脳科学の立場から示されています。またアゴの矯正により身体のバランスを整え身体機能を活性化させることも可能だそうです。(参考文献:知られざるアゴの秘密:丸山剛郎著 幻冬舎)

私たち姿勢矯正士は姿勢をトータルに診て不調症状の根本原因を取り除く施術を行うのですが今回は頸椎の歪みに限定して述べてみます。

不良姿勢などで頸椎に硬い関節が出来る場合、スマホクビになっている場合、事故などで頸椎が捻挫した場合などには首の不快感はもちろん頭痛や不快感、頭がボーッとした感じになるもの。ひどくなると頭が重くて眠れない、起き上がれない、うつ状態になる、手足が痺れるなどの症状も併発することもある。

頸椎が不調になると内頸動脈、外頸動脈、椎骨動脈などが圧せられ脳へ行くはずの血流が少なくなる。いわゆる脳の酸欠状態が起こる。脳は多量の血液を必要とする器官であるので当然不調症状が起こってくる。(この理論は丸山剛郎先生と一致すると思う)

そこで私たちは姿勢矯正施術によって内頸動脈、外頸動脈、椎骨動脈などの圧迫を解放させ脳(前頭葉や小脳を中心)に血液を送る施術をします。

脳科学の澤口俊之先生によると前頭葉の前頭前野(前頭連合野)は酸素と栄養を取り込むことになりワーキングメモリ機能が向上し、脳内のセロトニンも増加、精神が安定しうつ状態やパニック障害、不安神経症を予防する効果もあり、脳アミロイド血管症からくる認知症を予防する効果も期待できるらしい。このようにアゴの矯正と姿勢矯正の効果はアプローチの違いこそあれ多くの共通点があります。脳科学が証明してくれていることから私たちが日々行っている姿勢矯正施術を見てみると不調症状改善のメカニズムや理論は正しく効果的だということが見えてくるのです。