

2014年04月03日 18:09

猫背が呼吸疾患や心臓病の原因に！

姿勢矯正士の辻内です。日本姿勢矯正士協会会員の東岡先生（姿勢矯正専門整体 mint 院長）のブログに猫背が心臓病などの病気の原因になるとの記事を書かれていたので大変参考になると思い以下に転載させていただきました。

こんにちわ。 姿勢矯正専門整体院 mint 院長の東岡です。本日はとっても身近で怖いニュース

スマホの使用による猫背が心臓病や呼吸疾患の原因に若い世代が最も危険との研究結果

<http://www.dailymail.co.uk/health/article-2589695/Sending-text-kill-Phone-users-hunch-send-messages-affecting-breathing-causing-cardiovascular-problems-later-life.html> スマホやタブレットの使用によって起こる猫背の健康被害についてギリスのカイロプロクター連合協会が調査をしました。彼らの調査によると、長期間にわたり猫背や悪い姿勢でいると高齢になって呼吸疾患や心循環系の病気を患いやすく死につながる可能性が高いということです。カイロプロクター連合協会は特に若い頃からスマホやパソコンを頻繁に使用している若年層は早い時期に脊柱後弯症（猫背で背中が丸くなること）を患う人が増えると推測しています。協会は、短期間では猫背による健康被害を認識しづらいため軽視されがちだが高齢になってからのダメージは大きく寿命にも影響しかねない」と、検診を受けることを推奨しています。スマホやタブレット、パソコンや携帯型ゲーム機など便利な道具が次々と発売されますが長時間の使用は猫背やストレートネックなどの悪い姿勢の原因になります。悪い姿勢はきちんと直しましょう。

以上の記事を読ませていただいて以下の所感を述べます。

私は以前から HP でパソコンやスマホ、ゲームなどで現代人はこれまでに人類が経験したことがないほどの肩こり、首コりに悩まされていると警鐘を鳴らしてきています。（<http://www.naxnet.or.jp/~teri/why.html>）

猫背を治せば心臓病や呼吸器疾患も予防することが可能であるという今回の記事。さすがに英国のカイロプラクター連合協会。大切な観点から貴重な調査結果を提供してくれたと思っている。また検診を勧めてはいるが果たして英国では本当に猫背を治すことができるのだろうか？疑問も生じてくる。できれば現状での意見交換や交流で確かめてみたいものだ。

医療の分野では「姿勢に焦点を当てた」観点からの治療はなされないのが現状だろう。検査し、症状がでていいる部位に対してのみ治療を施す。

いつも手前味噌ばかりで申し訳ないですが、現時点では、この分野において私達の日本姿勢矯正士協会は世界的にも群を抜いて効果を上げていると自負しています。

日本姿勢矯正士協会は世界に先駆けて「猫背を始め悪い姿勢を改善することで不調症状を取り除くこと」に心血を注ぎ取り組み「病気になる前に、症状が出ないようにするにはどうするのか。悪くならないようにするにはどうするのか。猫背などの悪い姿勢を安全かつ科学的にしかも効果的に改善させるにはどうすればよいか」を専門的に研究し臨床を重ねてきています。

猫背の人は肩こりや首の痛み頭痛、腰痛などの他、様々な不調症状を訴えて来院されます。このような諸症状を姿勢矯正施術によって日常的に専門的に改善することが出来るエキスパートが私達「姿勢矯正士」なのです。

私は開院当初より「次世代の優れた予防医学を目指す！」という目標を掲げ取り組んできましたが、これまで行ってきた施術の結果を顧みても、もはや予防医学（色々な制約はあるのですが・・・）と呼ばれてもいい段階にきているのではと思うことがあります。

そう思えるようになったのも姿勢矯正士の産みの親、西本伸先生のご指導の下、画期的な施術方法と理論を学び、姿勢矯正研究会で研究を深めてきたお陰だと感謝しています。

これからも更に関連分野についての研究や技能のレベルアップと共に臨床データの分析と姿勢矯正理論の構築などに取り組んでいきたいと思っています。

今回の関連記事 日本語参考サイト

<http://netallica.yahoo.co.jp/news/20140402-00010001-rocket>