

『	ト	リ	ガ	ー	ポ	イ	ン	ト	を	用	い	た		疼	痛	緩	和	に	つ
い	て	』																	
														県	南		鈴	木	
																	健	一	
今	回	の	発	表	し	た	内	容	か	ら	ト	リ	ガ	ー	ポ	イ	ン	ト	は
直	接	的	筋	肉	の	外	傷	、	悪	い	姿	勢	、	反	復	性	の	筋	緊
張	な	ど	で	生	じ	、	ト	リ	ガ	ー	ポ	イ	ン	ト	か	ら	の	関	連
痛	は	、	痛	み	な	ど	は	神	経	の	放	散	痛	と	間	違	え	ら	れ
や	す	く	、		痺	れ	な	ど	は	神	経	の	圧	迫	と	間	違	え	ら
れ	た	り	す	る	こ	と	も	あ	る	。									
た	と	え	痛	み	が	改	善	し	て	も	体	の	使	い	方	を	う	ま	く
指	導	で	き	な	け	れ	ば	ま	た	再	発	が	見	ら	れ	る	為	、	職
業	や	癖	、	ス	ポ	ー	ツ	、	趣	味	な	ど	情	報	収	集	を	し	っ
か	り	把	握	す	る	こ	と	で	適	切	な	体	の	使	い	方	を	指	導
す	る	こ	と	が	必	要	で	あ	る	。									
ま	た	治	療	を	行	う	こ	と	で	痛	み	は	取	れ	る	が	、	痺	れ
は	取	り	切	れ	な	い	の	も	事	実	で	あ	り	、	そ	し	て	単	純
に	骨	や	関	節	の	構	造	異	常	に	よ	る	痛	み	の	場	合	も	あ
る	。	勘	違	い	し	な	い	で	ほ	し	い	の	は	、	ト	リ	ガ	ー	ポ
イ	ン	ト	に	対	し	て	の	治	療	だ	け	で	改	善	す	る	と	思	い
込	ま	な	い	で	、	あ	く	ま	で	も	オ	プ	シ	ョ	ン	の	1	つ	と

理 解 し 、 ト リ ガ ー ポ イ ン ト に 対 す る 筋 膜 治 療

も試す価値があるということをご理解いただ

け	る	と	嬉	し	く	思	う	。
---	---	---	---	---	---	---	---	---