



## 腰痛（脊柱管狭窄症・椎間板ヘルニア） Oさん 女性 70歳代

手術が必要と言われていた腰痛が劇的改善！

腰痛持ちの私。遠出には不安があったのですが、稚内に嫁いだ妹に誘って貰い、昨年、利尻礼文の夫婦旅を決意。2カ月半ケアすれば大丈夫だろうと、6月からマッサージと鍼に通いましたがどうしても痛みが取れず、旅行は泣く泣く諦めました。

今年こそはと5月末からマッサージに通い、鍼（北京鍼といって10cm近くある鍼を1回で60か所も刺す！）にも10回以上通いましたが、なかなか痛みは取れません。痛みから家事も満足にできず、気持ちはイライラ。ついには抗うつ剤まで飲む羽目に。

MRIを受けたところ、脊柱管狭窄症と椎間板ヘルニアの2つ発症していたことが判明！

7月末、友人の勧めで「物は試し」「藁にもすがる思い」で竹屋陶板浴へ来ました。すると通うごとに身体が楽になり、みるみる内に動けるように！

そして無事に行けたのです。利尻島も礼文島もそれはそれは美しかった！

主治医から「旅行から帰ったら手術」と言われていましたが、不安たっぷりでした。その頃、同じく腰痛で苦しみながらも手術なしで完治させた親友から電話があり「腰痛は西洋医学ではなく、東洋医学で治せ！」との大きなアドバイスを貰いました。

私は無事旅行に行けた安堵感から精神も安定し、痛み止めも抗うつ剤も止め、友人の助言に後押しされて、陶板浴とマッサージにひたすら通いました。

すると、腰痛も右足のしびれもなくなり、手術をしないで済んだのです！

毎日通った陶板浴も、今では3日に1回に減りましたが、元気に動けます。

ガーデニングが大好きで！大好きで！大好き！な私。庭には一年中花が咲いており、特にチューリップは毎春3,000本を咲かせています。

毎年来春の球根を植えるのが重労働。でも今年の私には陶板浴がありますから。春に咲いてくれる景色を想像しながら楽しんでいきます。

