

<脊柱管狭窄症>

脊柱管狭窄症と言われる、この痛みは
お尻から膝までに起こるしびれるような痛みで
はっきりどこが痛いのか判らないけど・・・痛い

さらに悪化すると歩けなくなるほど痛む、

それでも・・・どこが痛いのか判らない

原因は・・・足の第四指が靴先に当たって、縮み、
第三指がさらに踏みつけて
第四指の指先は三角に変形してしまっているのが原因である

第四指を引っ張って伸ばし
むこうずねと太腿の外側をほぐすと、あっと言う間に改善する

脊柱管狭窄症の多くの原因は・・・靴でした

脊柱管狭窄症 最近多いのがこの腰痛である
ほとんどの治療家が原因が判らず治すのを難渋する

原因は・・・
靴のデザインと日本人の足型とが合わない為に
第四指の指先が靴にあたり指が縮み、第三指に踏まれて更に縮む
そのため、その部分に繋がる むこうずねから太腿の脇までの
腱が縮み、おしりの横側の部分がしびれるような痛みが
おきてしまう
そのままの状態にしておくと
お尻から膝にかけてどこが痛いのか判らないまま
歩けなくなるほどの痛みまで悪化する

坐骨神経痛や椎間板ヘルニアに間違えられやすい
この脊柱管狭窄症を長く患うと・・・生殖器にも影響が・・・
靴の選択は アジア圏の靴はヤバイかも
この症状を抱えている人は国産の靴を