

市民健康講座

チーム医療で支える あなたの背骨と未来

腰の痛み・手足の痛みやしびれでお悩みの方へ

7/26(土)

参加費無料／
事前予約不要

開演 14:00～15:30

(受付 13:30～) 会場アクセス▶

ラポールひらかた



医師による
質問コーナーも!!
お気軽に
いらしてください。

脊椎脊髄の専門医が、やさしく解説

講師

上田 茂雄
宮本 貴史
今元 悠登
松浦 伸治
西 義也

信愛会脊椎脊髄センター長
医長
薬剤師
理学療法士
理学療法士



日常生活での
注意点

自宅でできる
ストレッチ



社会医療法人
信愛会 交野病院

〒576-0043 大阪府交野市松塚39番1号

TEL072-891-0331 お問い合わせ：広報委員会





背骨の病気を見逃さない！

気になる症状チェックリスト

～こんな症状があったら要注意!!～

背骨の病気は、初期には見逃されやすいことがあります。「年のせいかな」「ただの肩こりや腰痛かも」と思っている、実は背骨の異常が原因だったということも。気になる症状がないか、チェックしてみましょう！

当てはまる症状をチェック しましょう

首・肩・腕の症状

- 首を動かすと痛みやしびれがある
- 肩こりがひどく頭痛や吐き気を伴う
- 腕や手にしびれや脱力感がある
- 箸が使いにくいボタンがかけにくい



背中・腰・足の症状

- 背中に慢性的な痛みや違和感がある
- 腰が痛くて長く立ってられない
- お尻や足にしびれや痛みがある
- 足がもつれやすかつまづきやすい



日常生活の変化

- 歩くとすぐに足がだるくなり休むと楽になる
- 排尿や排便の感覚が鈍くなってきた
- 長時間歩くのがつらく外出が減った
- 睡眠中、痛みで目が覚めることがある

ひとつでも当てはまり、症状が続いている、あるいは複数当てはまる場合、背骨の病気（脊椎疾患）が関係している可能性があります。放っておくと症状が進行し日常生活に支障をきたすこともあります。

信愛会脊椎脊髄センターでは、昭和会脳神経外科病院および交野病院にて、月曜日から土曜日まで毎日、脊椎疾患に精通した専門医が外来診療を行っています。

「ちょっと気になる」そんな段階でも大丈夫です。どうぞお気軽にご相談・お問い合わせください。

▶ 当センターHP
メール相談OK！



▶ 当センターSNS
情報発信中！



それぞれの症状やご希望に応じた身体への負担が少ない治療により、早期回復・社会復帰をサポートします。

脊椎・脊髄疾患に挑むプロフェッショナル



社会医療法人 信愛会

信愛会 脊椎脊髄センター



当センターでは、腰痛や頸部痛、手足の痛みやしびれ、運動障害などでお悩みの方に対し、脊椎・脊髄の専門的な診断のもとに、外科的手術だけでなく保存的治療も含めた、最適な治療を行っています。