



どこからか聴こえてくる風鈴の音に、夏を感じる季節となりました。
食が細くなりがちですが、栄養をしっかり取り元気にお過ごし下さい！

生活環境改善サービス レイス治療院

痛みの種類について 痛みの分類やサポーター活用のご紹介

痛みの分類

1 侵害受容性疼痛

体の組織の損傷や
損傷が起こりうる
強い刺激で起きる

第3の 痛み

2 神経障害性疼痛

痛みの発生に
関わる神経の
病変や損傷で
起きる

3 痛覚変調性疼痛

・痛みの発生に関わる
脳の神経回路の
変化で起きる
・体の組織や神経に
損傷がなくても生じる

国際疼痛学会（IASP）は痛みの
分類を大きく3つに分けています。

1.侵害受容性疼痛

▶外傷・手術・がん・炎症

2.神経障害性疼痛

▶帯状疱疹・脊髄損傷 等

3.痛覚変調性疼痛

▶精神的疼痛・線維筋痛症 等

疼痛が起こる部位も重要な評価です
が、どんな種類に分類されるかといっ
た点も受診や施術を受ける上で非常
に大切な指標となります。
これらの分類をしっかりと理解し、
ご自身の身体のケアに活かしていき
ましょう。



関節痛に対するサポーターの効果

サポーターの基本的な役割としては、関節やその周辺を圧迫する「圧迫機能」や、関節の動きを制限して安定させる「安定機能」を通じて、痛みを感じる部位への負担を軽減することがあげられます。摩擦や衝撃などから外傷を受けやすい部位を保護する機能を重視したサポーターもあるため、医師へ相談が必要です。

▶ 関節痛に対するサポーターの効果

膝関節の軟骨がすり減り、炎症や痛みが発生する病気。初期症状は、立ち上がりや歩き始めに膝の痛みやこわばりを感じることが多く、進行すると安静時にも痛みを感じるようになります。さらに悪化すると膝の変形やO脚が顕著になり、日常生活に支障をきたすこともあります。変形性膝関節症には、膝関節全体をサポートするサポーターが適しています。

デメリット：締め付けによる不快感、皮膚トラブル、筋力低下



▶ 腰痛症に適したサポーターの特性

腰の筋肉や脊椎をサポートし、動きを制限することで、痛みの軽減や腰部の安定性を高めます。

姿勢改善：正しい姿勢を維持しやすくなるため、悪い姿勢が原因で発生する腰痛を防ぐことができます。

炎症の軽減：急性期の腰痛や筋肉の炎症を抑えるのに役立ちます。





■ 空欄に文字をいれて単語を完成させましょう。

問題①

う
め
ひこ □ し
し

問題②

ふ
う
お □ ひめ
ん

回答は右下をご確認いただくか
下記QRコードをスマートフォンで
読み取りアクセスしてください!



URL:
<https://leis.jp/leis/letter/index.html>

締め切りまであとわずか! ご応募お待ちしております!

第1弾

フレアスグループ川柳コンテスト開催 「夏の思い出川柳」大募集!

夏のほっこりした思い出やクスッと笑えるエピソードを、川柳にしてご応募ください!



応募方法

右のQRコードを読み込み、アンケートフォームからご応募ください。選考の上、大賞の作品はレイスだより8月号に掲載予定です。

【応募締め切り】2025年6月30日迄

※氏名公表についての有無はアンケート内でお答えください。



ホームページにてバックナンバーをご覧いただけます!

レイス治療院ホームページにて、レイスだよりのバックナンバーをご覧いただけます。下記URLまたは
右記QRコードを読み取りアクセスしてください! URL: https://leis.jp/news/news_cat/leis-letter/



G② 頁①: 景回

お知らせをご紹介します!

このような方にマッサージ・リハビリをお勧めします

- ☒ 関節拘縮により歩行が困難な方
- ☒ 身体に麻痺のある方 (脳梗塞などの後遺症)
- ☒ 車いすをご利用の方
- ☒ 寝たきり状態の方



医療保険で受けられる訪問医療マッサージ

レイス治療院 ○○

(TEL) 000-0000-0000 (担当) ○○○○

(訪問エリア) ○○市内全域 (営業時間) 9:00~18:00