

ドクターズチェック「ぎっくり腰注意度チェック」



ぎっくり腰とは「急性腰痛症」と呼ばれ、突発的に発生した急性の腰痛全てを指します。突然激しい痛みが生じるので、欧米では「魔女の一撃」とも呼ばれます。

ぎっくり腰になりやすい人は、姿勢の悪さや運動不足による体の硬さ、筋肉量の低下、ストレスなど、生活習慣に原因が潜んでいることも。

大正製薬株式会社〔本社：東京都豊島区 社長：上原 茂〕（以下、当社）が運用する健康情報サイト「大正健康ナビ（<https://www.taisho-kenko.com>）では、専門医監修による設問に「はい・いいえ」などで回答すると、気になる症状や健康状態をチェックできるドクターズチェックを公開しています。7月12日に新着更新した「ぎっくり腰注意度チェック」では、三浦 恭志先生監修のもとぎっくり腰の注意度をセルフチェックすることができます。

あなたの日常生活を振り返り、ぎっくり腰の注意度をチェックして、予防と対策に努めましょう。

◆新着情報 人気コンテンツ・ドクターズチェック「ぎっくり腰注意度チェック」

<https://www.taisho-kenko.com/check/390/>

大正健康ナビは、生活者の日常生活に寄り添い、「人生 100 年時代をサポートする健康情報発信基地」として、みなさまの健康の維持・増進にお役立ていただけるサイト運営を目指しております。当社は、これからも健康と美を願う生活者に納得していただける優れた医薬品・健康関連商品、情報及びサービスを、社会から支持される方法で創造・提供することにより、社会へ貢献してまいります。

【監修者プロフィール】

東京腰痛クリニック 院長

三浦恭志（みうら・やすし）先生

名古屋大学医学部大学院卒業。医学博士。あいちせぼね病院理事。日本整形外科学会専門医、脊椎脊髄病医、脊椎内視鏡下手術・技術認定医。日本脊椎脊髄病学会脊椎脊髄外科指導医、脊椎脊髄外科専門医。日本 PED 研究会世話人。

■ご参考

●大正健康ナビ

<https://www.taisho-kenko.com>

大正健康ナビでは、お悩みの原因、症状、対策や予防法などをご紹介します。いろいろな疑問に専門家が分かりやすくお答えしています。

●疾患ナビ（専門医によるヘルスケアアドバイス）「ぎっくり腰（急性腰痛症）」

<https://www.taisho-kenko.com/disease/617/>