

筋肉の痛みを感じたら、プロの診断を仰ぐ 良くなるうとする意志と日常のエクササイズが大切

井元フィジカルセラピー 井元 洋平さん



交通事故や労働災害の患者さんが増加

最近、交通事故や労働災害に遭われた方の来院が増えています。交通事故では、むち打ち症、首の痛み、肩の痛み、腰の痛み。レストランでの仕事に、腕を痛めたり、転んだり、下を向いての長時間作業で首を痛めたり、物が落ちてきて怪我をした方々が来られます。

コロナ禍で、ずっと家にいる生活に変わったために筋肉が衰えて、立ったり歩いたりすると腰や股関節が痛くなる女性も多いです。

当院では、こうした筋肉と関節の痛み、肉離れ、打撲、骨折の手術後の治療を行います。

この症状には、このエクササイズを

フィジカルセラピーを勧める医師の処方箋があれば、保険を適用できます。加入している保険を電話で教えていただければ、自己負担額をお調べし、お知らせします。

ご来院いただくと、症状や生活環境をお聞きし、いつまでに、どこまで直すかを決めます。例えば、ご自宅の階段の数を聞いて、その階段を登れるようにしようとか。

当院の治療は1回45分～50分で、毎回同じセラピストが対応します。私たちは、多くの患者さんの回復過程を見ているので、この症状には、このエクササイズをすれば良くなると分かります。患者さんの筋肉の強さや骨格に合わせたエクササイズをします。

保険の適用期間は2～3カ月。週2～3回の通院だ

けでの回復は難しい。姿勢を正し、筋肉を強くする、自宅でできるエクササイズを覚えていただいて毎日継続し、良くなりたいという強い意志を持って積極的に身体を整えていくと、効果が出ます。

飛行機で転んで足首を骨折した女性も回復

以前、ホノルル在住の娘さんに会いに来た女性が、飛行機の中で転んで足首を骨折し、車椅子で来院した。旅先での怪我にショックを受けていましたが、週3回通院し、松葉づえの練習を経て、4週間で一人で歩けるようになり、笑顔で帰国されました。

筋肉の痛みは、しっかり直さないと、痛みが続く場合があります。膝の半月板の怪我は、放置すると6カ月で筋肉や腱が固くなり、膝が曲がったままになる場合があります。小さな怪我でも、最初にプロに診断してもらい、早期に適切な治療を行うことが必要です。

患者さんとセラピストの 二人三脚で効率良く治療

当院は、ワイキキで唯一の理学療法クリニック。2019年1月に開業後、同年末に木村咲先生が加わり、2022年末からジェームス先生が加わり、3人で治療に臨んでいます。

私は2003～2014年にニューヨークの大学で理学療法士、専門職理学医療博士、前庭疾患療法士の資格を取得し、2015年からオアフ島で治療に当たっています。前庭疾患療法士は、シニア女性に多い、耳



ジェームス先生



木村先生



井元先生

の奥にある三半規管の障害が引き起こす「めまい」を治療する資格です。

木村咲先生は6歳の娘の母。骨盤の痛みの治療やお子さんの治療もできます

ジェームス先生は、スポーツトレーナーとしての実績があります。

患者さんとセラピストの二人三脚で短期間に効率良く治療します。身体に痛みを感じたら、お気軽にご相談ください。

Imoto Physical Therapy

シェラトン・プリンセス・カイウラニ・ホテル1階
DOCTORS of WAIKIKI内

月～金 朝8時～夜7時(予約は夜6時まで)

808-304-6676

contact@imotophysicaltherapy.com