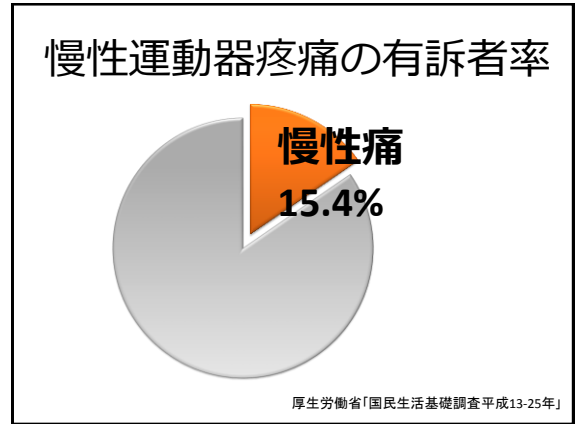


新しい痛みの考え方

痛みに囚われないために



なかじま整形外科小児科クリニック
リハビリテーション科
樋口 翔太



痛みの社会経済的問題

慢性運動器疼痛患者の…

10%が就学/就労の制限

↓

社会的損失(3700億円)

* 医療費のコストは含まない


J Orthop Sci 2011; 16: 424-432
在日米商工会議所調査(2011年)

医療費を圧迫する湿布

処方量は年間約 **54億5千万**

薬剤費は約 **1300億円**

70歳以上が**7割**をしめる



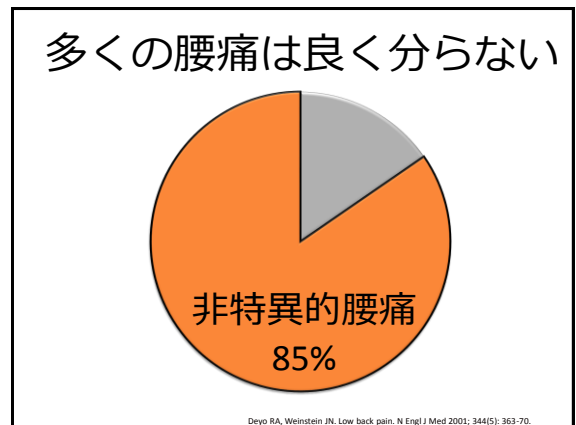
Yahoo news 2016年11月13日配信 市川衛
<http://bylines.news.yahoo.co.jp/mamoruichikawa/20161113-00064371/>

治療に関連した問題

- 有効性が乏しい従来通りの鎮痛剤による治療
- 身体疾患に対する治療だけで、精神医学的・心理学的な介入が乏しい
- 説明が十分になされず、痛みの慢性化・難治化させている場合がある。

(厚生労働省「慢性の痛みに関する検討会」より、2010)

正しい知識を身につけ、適切な支援をする



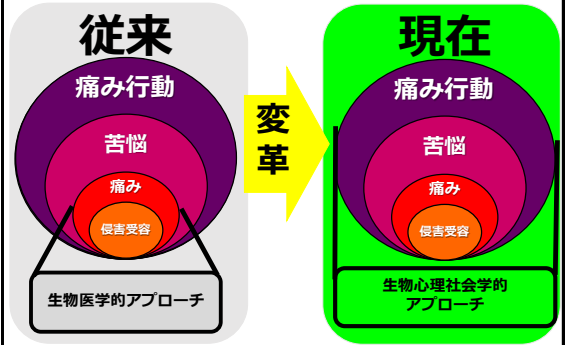
画像所見の問題

| | 腰痛群 | 痛みのない人 |
|----------|-----|--------|
| 椎間板のヘルニア | 76% | 76% |
| 椎間板の老化変性 | 96% | 85% |
| 神経根の圧迫 | 83% | 22% |

痛み

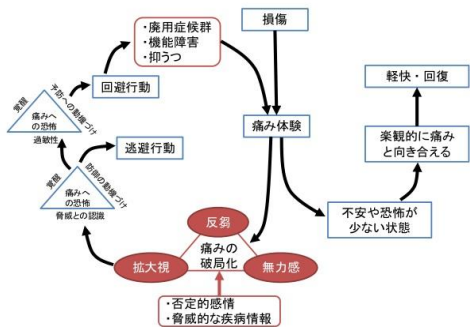
(Spine: 15,20,24,2613-2625,1995)

器質・機能に囚われていませんか？
考え方をパラダイムシフト



なぜ痛みがこじれるか

痛みへの恐怖回避モデル



岩城理恵, 細井昌子: 慢性疼痛に対する心理的アプローチと薬物, 医学と薬学 71:1497-1506, 2014 より引用

オペラント学習型疼痛

痛み行動で報酬を得る



不適応行動・認知・思考が定着化