

編集の序

本書は、腰痛のなかでも「非特異的腰痛」に的を絞ったものです。理学療法士の強みは何かと聞かれたら、「臨床推論（クリニカルリーズニング）」だと考えます。そのような意味で、画像所見では特定できず、原因が複雑に絡み合っている非特異的腰痛は、理学療法士が主役となるものだと感じています。その臨床推論の手助けとなるのが、本書のコンセプトとなっている「Classification（分類）」です。非特異的腰痛という大きなものを細かく分類し、それによって介入方法を定めるという考えです。その分類の基準となるのは、本シリーズのコンセプトとなっている『痛み』です。痛みの考え方はここ数十年で医学生物モデルから生物心理社会モデルへの変換という、大きなパラダイムシフトが生じています。痛みの発生原因はさまざまであり、どの組織が損傷されているかに収まらず、対象者の考え方・心理面・認知面などが影響するため、生物心理社会モデルに基づいた考え方が必要です。本書はそれらのことを念頭に置き、なおかつ最新のエビデンスを多くとり入れ、どのような臨床推論を経て意思決定、そして介入を行うかを意識して構成されています。初学者にも理解をしやすいように写真を多くとり入れ、一部には動画を盛り込みました。また、ケーススタディも加え、臨床場面をイメージしやすいように工夫しました。

私自身、オーストラリアに留学した際にこの考え方に出会いました。多くのエビデンスや考え方にふれ、それらを日本に紹介したいと強く思っていました。それから数年後、本書を編集する機会をいただき、本日に至ります。本書のコンセプトにご理解いただき、執筆を承諾してくださった先生方、ご多忙のなか監修を引き受けていただいた赤坂清和先生・竹林庸雄先生、本書の刊行までにさまざまな御助言など多大なるご尽力をいただいた羊土社の鈴木美奈子氏と小林和葉氏に心より感謝を申し上げます。そして私を支えてくださった家族や友人、職場の仲間にも、誰1人欠けてもこの書籍は完成しませんでした。

最後に、読者に読んでいただきこの書籍は完成します。1人でも多くの方々に手にとっていただき、読者皆さんの手でこの書籍を発展させていただけることを願っております。

2018年10月

札幌円山整形外科病院リハビリテーション科
三木貴弘

監修の序 1

本書では、編集の三木貴弘先生を中心に理学療法の大きな対象領域の1つである非特異的腰痛についてのリハビリテーションがまとめ上げられている。日常の理学療法で診療することの多い非特異的腰痛について、一部の方に対しては、関節モビリゼーションや運動療法、物理療法によく反応し改善がみられるのに対して、一部の方に対しては、十分なアウトカムを導き出すことに困難さを感じている医師や理学療法士は多いのではないかと推察する。

非特異的腰痛には非常に多くの病態と要因が関連していると考えられているが、われわれ医療従事者が適切に治療できていないこともその原因であると考えられている。徒手理学療法士の中にも徒手理学療法の限界を感じ、疼痛や心理などの関連する学際領域の専門家とともに非特異的腰痛に対する新しい治療のフレームを構築し、世界を牽引しているのが、豪州パースにある Curtin 大学の Prof Peter O'Sullivan 先生のグループであり、三木先生の留学先でもある。

本書は、非特異的腰痛をより適切に理解し、改善に対するこれまでのリハビリテーションの考え方を豊かにするとともに、多くの臨床家に受け入れられ、この分野におけるさらなる発展に寄与することについて祈念申し上げる。

2018年10月

埼玉医科大学保健医療学部理学療法学科
埼玉医科大学大学院理学療法学
赤坂清和

監修の序 2

腰痛の大部分は重篤な基礎疾患がなく、明らかな疼痛の原因が特定できず、また下肢神経症状を伴わない、非特異的腰痛とよばれるものである。ほとんどの非特異的腰痛は発症から1カ月以内に自然軽快するが、遷延もしくは再発をくり返し、慢性腰痛に移行する例も少なくない。非特異的腰痛の原因・病態を科学的根拠にもとづいて明確に説明することは困難であるため、治療方法は手術治療よりも保存治療が主体となる。その保存治療には、薬物療法、理学療法、運動療法、患者教育など多数の選択枝があるが、それらはこれまで経験的に、あるいは観念的な考えに基づき教育され、踏襲されてきた。

「腰痛は温めるのと冷やすの、どちらが効くのか?」。日常診療においてよく聞かれる質問であるが、われわれは適切な回答をもち合わせていない。本書では、科学的根拠に基づき、客観的な視点で腰痛のリハビリテーションを再考している。リハビリテーションを継続するには、医療者と患者との相互コミュニケーションが大切であり、そのためには臨床所見に由来する生物医学的要因のみでなく、社会心理的要因にも考慮する必要性を説いている。さらに、腰痛の評価と分類を行うことで、より実践的かつ効率的なりハビリテーションの介入方法を論じている。本書は、リハビリテーションの関係者だけでなく、腰痛にかかわるすべての医療者に読んでいただく価値のある有益な内容である。

2018年10月

札幌円山整形外科病院 院長
竹林庸雄