

腰や背中の中の痛みのレメディ・リスト

レメディ名	症状	悪化	好転	患部の場所
Belladonna	突然始まる腰部のひどい痛みと坐骨神経痛 痛みは非常に強くどんな動きでも防げない	動くこと、神経に触るようなこと、咳、生理、起立、踏み誤り、仰向けに横になる、長時間の座位（尾骶骨が痛くなる）、座席から起き上がれない、首の突然の凝りと痛み		右側の坐骨神経痛、右側の首と背中の中の痛み
Calc-carb	ちょっとした動きでも起こる腰痛、特に何かを持ち上げる、背部に弱さを感じる、椅子にドスンと落ちる、背骨変形性関節炎、石灰化、脊柱側湾症	寒さと湿気の天候、持ち上げること、疲労、上昇の動き、	熱、休息、横になる	
Nux-vomica	ひどい坐骨神経痛で脚に痛みが広がる、足の過敏さと怒りが伴う	夜、朝、ベッドに長時間いると悪化、寒さ、寝返り、起立、動き、排便、何か重さのあるものを持ち上げる、怒りの後		
Rhus tox.	坐骨神経痛と背部下部痛、凝りまたは怪我、痛みで落ち着かない、絶えず起き上がりたい、動きたい、伸ばしたい衝動	朝の起床時、数分でもじっとしていること、長時間座位後（長時間の車や映画）、疲労後、冷たさ、寒い湿った天候、濡れること、汗を抑えること、最初の動き、何かを持ち上げた後、じっと横になる、長時間屈んだ後→伸ばせなくなる	熱、熱い風呂、動くこと、圧迫、硬い物の上に横になる、後ろに反る	特に左側の坐骨神経痛
Arnica	背部痛、爆風や怪我	冷たい、寒い湿った天候、触れること、神経に触るようなこと		
Bryonia	ひどい背部痛と坐骨神経痛で活動を止めざるを得なく、ただフラットに横になる	動くこと、ちょっとした動きでも、神経触るような動き、冷たさ、座位、歩行、寝返り、屈む	熱、圧迫、患部を下に横になる	背部痛が骨盤や内腿に広がる

Causticum	首と背部痛に著しい凝りとしばしば石灰化が見られる、斜頸に特に良いレメディ	冷たさ、乾燥した天候、動くこと、飲み込むこと、座席から起き上がる時の背部痛	熱、ベッドの中で暖かくなること	
Lachesis	焼けるような裂けるような痛みのひどい坐骨神経痛、患部の脚の感覚過敏、ちょっと触るのも過敏	夜、睡眠後、わずかな動きから、座席から起き上がる、ベッドの上で座る	ベッドで静かに横になる	左側の坐骨神経痛
Lycopodium	下部背部痛と凝りのある坐骨神経痛、4日毎に悪化する坐骨神経痛	痛い方を下に横になる、持ち上げること、ちょっとした動き、圧迫、座ること、屈んだ後に真っ直ぐになる	暖かさと温湿布、ベッドの中で暖かくなること、歩行、排尿後、おならの後	右側の坐骨神経痛、右側から始まり、左に移る
Mag phos	突然の痛みのある痙攣を伴う坐骨神経痛、電気ショックのような痛みと痙攣、突然始まり、突然止まる	夜、寒さ、動き、妊娠または出産以来、インフルエンザの後から始まった坐骨神経痛	熱、特に暑いこと、圧迫、擦る	右側の坐骨神経痛、足と足の裏が坐骨神経痛により感じやすい
Natrum mur	下部背部痛、感情を抑えた後の凝り	早朝、咳、性交後、簡単に屈めるが、戻れない	圧迫、仰向けに横になる、何か固いものに横になる、握り拳や本などを背中に当てて圧迫を加える	
Ruta	ひどい下部の痛みと凝りと跛行、背部と足の焼けるような裂けるような痛み、時々骨そのものが痛いように感じられる	怪我の後、背中の疲労、いつも背中をまっすぐに行っていること、冷たい、寒い湿った天候、最初の動き、座位から立ち上がる、夜に横になると坐骨神経痛は悪化、	朝起き上がること、横になること、動くこと、絶えず動くことで楽になる (Rhus-tox)	下部背部、腿からひざの裏側
Sepia	背中の一部で弱さを感じる腰痛	午後、生理前、生理完了後、妊娠、屈むこと	硬い圧迫、歩行またはかなりの労働、ゲップ	
Staphysagria	腰痛と坐骨神経痛が睡眠中に起こる、早い時間にクライアントを起こそうとする	座席から立ち上がること、		冬の咳と夏の坐骨神経痛が交互

Sulphur	座っている時の坐骨神経痛と下部背部痛、知識人、背中が弱い、焼けるような背中の痛みあるいは坐骨神経痛	夕方あるいは夜、朝起きた時、動くこと、屈む、背中をまっすぐにしようとする、屈んで歩く、買い物や美術館で立ちっぱなしなこと、椅子から立ち上がる、抑制された発疹	左側を下に横になる	左側の坐骨神経痛
Thuja	発作でどんどん悪化する腰痛と坐骨神経痛、背中が壊れやすいと感じる、あらゆるものが傷つける	神経に触る、座席から立ち上がる、屈む、歩行(特に地上を歩く)		左側の坐骨神経痛

【五十肩】

- 第一選択：右肩なら Cuprum met 200C（1日2回）
左肩なら **Syphilinum 200C**（1日2回）または、Hypericum 200C（1日2回）
- 第二選択：Symphytum 200C（1日2回）または、Hypericum 200C（1日2回）
- 第三選択：Symphytum 200C（1日2回）または、Rhus tox 30C（1日2回）

【骨関節炎】

- Symphytum 200C 1日おきで4～6ヶ月
- Symphytum 200C と Rhus tox 30C を混ぜて1日2回

【膝の関節炎】

- Symphytum 200C と Arnica 200C を混ぜて1日2回

【ぎっくり腰】

- Symphytum 200C + Calc phos 3X（1日2回）
- Hypericum 200C（1日2回）
- Bryonia 200C（1日2回）

【ヘルニア】

- Symphytum 200C 1日1回でスタート
- Hypericum 200C 3時間毎（慢性なら1日おき）
- Rhus-tox. 30C 1日2回から1回
- Arnica 30C 3時間毎（酷さによる）
- Bryonia 200C 1日1回
- Bryonia 200C と Rhus-tox. 30C を交互に（Rhus-tox.を朝に、Bryoniaを夜に）
- Mag-phos 3X（ひどい痛みと痙攣に）

【頸椎症や首の痛みと凝り】

➤ Rhus tox.

一般的な症状は、痛みとこわばり。痛みは一般に、最初の動き、横たわる、冷たく湿った空気によって悪化し、温塗布によって緩和されます。その他の症状は、腕のしびれやうずき感です。一般的に、痛みは湿気の多い寒い天候でより悪化します。腕を静止位置に保つと、より痛みを感じるようになりますが、動いても痛みが特に増すことはありません。

➤ Gelsemium

首の部分の痛みが後頭部にまで及ぶ場合は、これを使うことができます。後頭部の中心に痛みがあります。その上、ほとんどの場合、不活発で、鈍く、めまいを感じるでしょう。

➤ Silica

目や額に痛みを感じるときは、これを使います。脊椎の湾曲にも役立ちます。寒い天候に適応できません。ほとんどの場合肌寒い感じがします。温かい湿布で素早く楽になることを勧めます。

➤ Bryonia

動きに伴って衰える首の痛みと硬直に良いです。休むことで痛みを軽減します。

➤ Hypericum

頸椎症に非常に優れたレメディです。症状は、肩に広がる首の痛みと、あらゆる種類の接触に非常に敏感な脊椎です。震え、燃えるような、そして手が死んだように使い物にならない症状の可能性があります。

➤ Causticum

筋肉と腱が硬く収縮し、首の筋肉が弱くなると、Causticumが首の筋肉のけいれんに最適です。頭を右に動かすことができず、頭を後ろに曲げることが非常に難しいと感じます。首の痛みは耐え難いものであり、涙と灼熱感を伴います。動きは痛みを悪化させ、熱で楽になります。