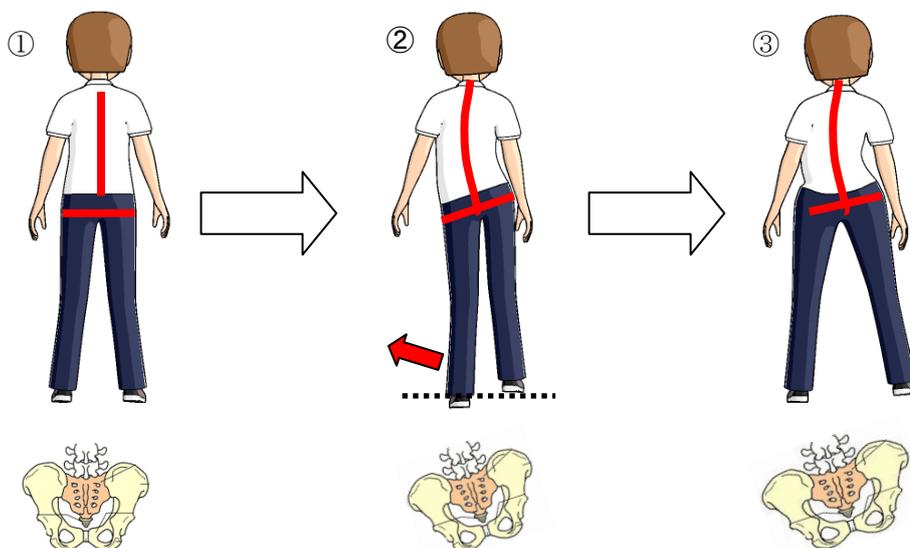


骨盤の歪みの影響

骨盤に歪みが発生した際の考えられる影響をまとめてみました。(一部ですが)
お時間があれば、是非ご覧ください。



①は正常な骨盤と後ろからみた正常な姿勢です。

筋肉の疲労や足を組む、産後の骨盤の開きや傾き等の外的要因により

②のように骨盤が傾いてしまう。(背骨も歪む)すると地面と足の設置高さが左右の足で異なるためその高さを合わそうと足が横に広がる。

③これにより骨盤が横に広がり足もガニ股になるとともに足やおしりに痺れや痛みが発生する。広がった骨盤の周りは固くなりリンパの流れも悪くなりその結果、骨盤の上に老廃物とともに脂肪が溜まる。更に背骨は歪んだままのため、圧迫される部分(絵では左肩甲骨の下あたり)がうっ血して痛みやコリが生じ首筋の痛みや頭痛まで発生する。

すべてのケースが当てはまるわけではありませんが、このように骨盤の歪みは目に見える症状として現れることがあります。逆にいえば骨盤を正しい位置に矯正すればそれらの症状の緩和や改善が期待できるということです。

今回のケースは“挿し絵スタジオ”で骨盤の歪みモデルのポージング作成中、骨格の角度や位置を変えている時に自然に③の絵となりました。理にかなった内容だと妙に納得したため文章にしてみました。皆様のご参考になれば幸いです。