

## 改善症例

40歳代 女性 職業；営業職／活動；トレイルランニング  
診断名；両膝内症（ランナー膝）  
(病院にて医師の診断・診察を受けた場合)

Q.身体で悩みだった部分はどこですか？

A.ランニング競技を続けていく上で、膝関節が弱いのと痛いのが嫌で仕方なかった。

Q.治療するきっかけは？(どのように知りましたか？)

A.知人の紹介。

Q.(治療を受けて)身体にどのような変化がありましたか？

A.常に身体を動かしていた私にとっては、痛みを気にすることなく過ごせることは何より重要で、日常生活もランニングも抑えることなくできている。

Q.治療はどのようなものでしたか？これまで受けた治療(リハビリ・整体・接骨院・鍼灸...)

A.筋肉や筋膜？を入念に手入れしてもらいながら(ストレッチとは違う。痛くない)、走り方を診てらい、改善のためのポイントをもらいました。

Q.現在の状態、ハッピーな点はありますか？

A.頑張りすぎると少し違和感はありますが、“まだまだ頑張ろう”という気持ちにさせてもらってます！！

