

## 受診セルフチェック

### ひざ 膝の痛み



- |                                   |  |
|-----------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> 動き始めに痛む  | <input type="checkbox"/> 膝を曲げ伸ばす時に痛む     |
| <input type="checkbox"/> 正座をすると痛む | <input type="checkbox"/> 膝を曲げ伸ばす時に違和感がある |
| <input type="checkbox"/> 膝が腫れている  | <input type="checkbox"/> いすから立ち上がる時に痛む   |

※1つでも当てはまれば、変形性膝関節症の可能性が 있습니다。早めに受診しましょう。

### 腰の痛み



- |   |
|---|
| <input type="checkbox"/> 転倒後などに痛み出し、日常生活に支障がある                            |
| <input type="checkbox"/> 横になっても痛み、楽な姿勢がない                                 |
| <input type="checkbox"/> <small>こう えん しょうやく</small> 抗炎症薬を1カ月以上使用しても改善されない |
| <input type="checkbox"/> 強い痛みがお尻から膝下まで広がる                                 |
| <input type="checkbox"/> 肛門・性器周囲が熱くなる・しびれる、または尿が出にくい                      |
| <input type="checkbox"/> 歩いている時に、脚に力が入らなくなる                               |

※1つでも当てはまれば、せきちゅうかんきょうさく 脊柱管狭窄症、背骨の圧迫骨折、よう ついついかん ばん 腰椎椎間板ヘルニアなどの可能性があります。早めに受診しましょう。