

セミナー案内『腰腹部・骨盤への徒手的小アプローチ』

腰椎椎間板ヘルニア・分離すべり症・脊柱管狭窄症など画像上の所見が認められたとしても、腰下肢痛をもたらしている要因として軟部組織の機能的な異常があり、それに対して徒手的小な介入は有効な手段のひとつです。

そして「腰痛の原因は腰部だけではない」とされる一方で、腰部皮下組織の滑走制限や多裂筋・中殿筋の緊張など、二次的な問題であっても腰部そのものの機能障害で慢性化しているなら、腰部への直接的な介入が望まれます。

今回のセミナーでは、腰痛や股関節痛・鼠径部痛をもたらす腰腹部・骨盤の軟部組織を対象とし、運動機能を改善させるための徒手的小アプローチをベーシック・アドバンスの2部構成でご紹介します。

構成は、基本を押しえつつシンプルなおアプローチを用いるベーシック、技術のレパートリーや対応力を高めるためのアドバンスとなっています。

腰部や骨盤という局所に対する手技をテーマとしていますが、技術的なポイントは他の部位に対しても共通しているため、局所的なおアプローチを確実にける技術を持つことは、全身どの部位に対しても活かすことができます。

興味をお持ちの方、どうぞご参加下さい。

※腰腹部・骨盤の解剖学・運動学につきましては、必要に応じ教科書程度の内容で結構ですので、予め復習なさっておいてください。

ベーシック：

『握手』を中心に、ポジショニング・支持固定・方向調整、組織質感の異常を検出するための触診といった、手技療法の基本をお伝えしつつ、対象となる筋群へのシンプルなアプローチを紹介します。

シンプルでも基本をきちんと押さえていれば、その効果は大きく異なるもの。

初めての方でも安心してご参加でき、経験者の方には復習や指導方法の参考にしていただけます。

◎対象となる筋肉

- ・脊柱起立筋、腰方形筋、腹斜筋、大殿筋、中殿筋など

アドバンス：

ベーシックを基にして、テコや体さばきなどより細かく操作するアプローチに加え、技法のバリエーションを増やすことにより、基本技術を展開させる力を養います。

テクニック中心の内容になりますが、テクニックの練習は丁寧に行えば触診の感覚を磨く機会にもなることから、形だけを覚えるのではなく、組織質感を感じながら触診力を向上させることも目的としています。

◎対象となる筋肉

- ・脊柱起立筋、多裂筋、腰方形筋、腹斜筋、腹直筋、腸腰筋、大腿筋膜張筋、大殿筋・中殿筋・小殿筋・梨状筋群