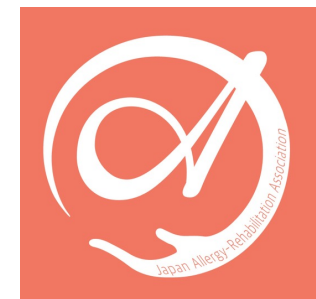




***Autonomic Nerves  
Therapist course***  
**Basic③-1**

**神経・筋膜の機能解剖**

日本アレルギーリハビリテーション協会 代表  
アレルコア 代表 理学療法士  
及川 文宏





## Basic③— 1

- 自律神経と筋のつながり
- 筋膜と自律神経の関係
- 神経モビライゼーション
- 自律神経の遠心性と求心性線維
- 神経に影響を与える3つの要素
- 神経における3つの問題と解決策
- 神経・筋膜の問題の見つけ方（Tension Test）
- 交感神経と筋緊張
- 神経と筋の構造
- 交感神経ストレッチ



## 自律神経に元気にする **7つのポイント**

- ①骨の柔軟性の確立とアライメント修正
- ②筋・**筋膜の偏りの修正**
- ③血液循環を促す（血管への介入）
- ④皮膚の調整
- ⑤内臓の調整（腸管系、免疫系、ホルモン調節に関わる臓器など）
- ⑥**神経の柔軟性改善**
- ⑦脳脊髄液の循環を促す



## 自律「神経」

**神経**はどのような状態であつたら  
**電気信号を正しく伝えられるのか？**  
(どうなると障害を受けるのか？)

**神経**にとってどのような状態が  
**理想なのか？**



## 電線と神経の構造と機能

電線には

なぜ「**たわみ**」がある？

- ・ピンっと張ってたらどうなる？

**神経**にとっても

**「たわみ」が必要**





## 神経の働きに影響を与えるもの

- **神経内の血液循環** (出入り)

- **神経の弾性**

脂肪・結合組織、神経内・外・周膜

- **神経周りの組織** (関節的に)

位置や動きを含めた状態



# 神経・筋膜のトラブルの見つけ方

## • Self Screening

上肢のセルフチェック

## • Tension Test

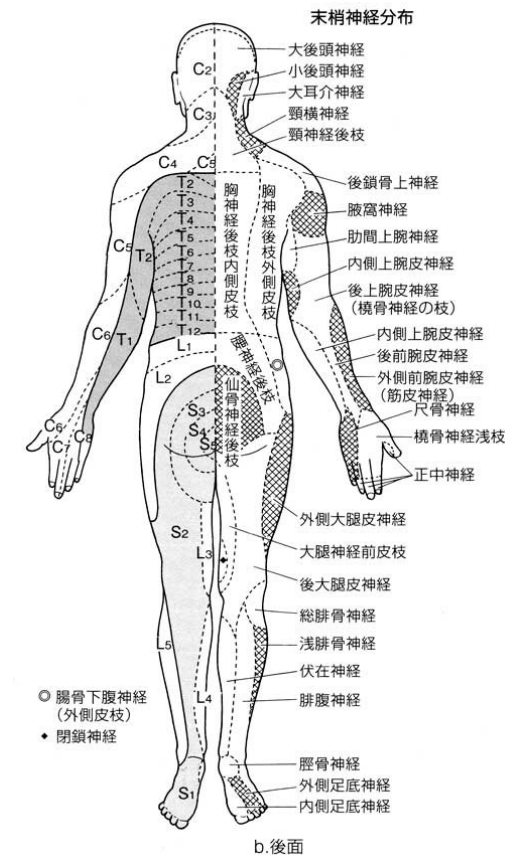
Global Test , Specific Test

## • 症状の出ている部位

温度（冷え・ほてり）、痺れ、痛み  
皮膚（発赤、発汗）、蕁麻疹など

## • 触診

神経、筋・筋膜、皮膚など



機能解剖や生理学は分かったが...

具体的にどこを  
評価・介入していけば  
良いのか？





# 交感神経ストレッチ





# 橈骨神經





## 交感神経

- T1-2胸髄  
⇒ 口渇や眼窩の痛みや疲労感に関わる
- T3-4胸髄 ⇒ 心臓をコントロール
- T3-6胸髄 ⇒ 上肢
- T7-12胸髄 ⇒ 下肢
- 腹部臓器 (T5-12)、骨盤臓器 (L1-2)  
⇒ 腹部と骨盤内の臓器へ

胸郭に介入することの大事さは分かった...

四肢 (末梢) の自律神経は  
どのように  
評価していくのか？



# Global Tension Test (上肢)



©JARA 無断使用・転載禁止



ご清聴ありがとうございました。

- **自律神経の知識箱** 📦

自律神経について学べる  
無料のLINEのオープンチャット  
誰でも参加可能



- 日本アレルギーリハビリテーション協会  
及川文宏



Linktree



- **SNSまとめてます** ➡

[https://linktr.ee/Fumi\\_Oikawa](https://linktr.ee/Fumi_Oikawa)



©JARA 無断使用・転載禁止