

安全で効果的なテクニックを用いた理学療法

30ものリリーステクニックを網羅!

筋膜リリース

Myofascial Release

~その理論から治療手順まで~

実技・解説/竹井 仁

首都大学東京健康福祉学部理学療法学科准教授
医学博士・理学療法士

DVD No. ME74-S 全3枚 22,050円/各枚 7,350円 (税込・送料別)

これで解る!筋膜リリースとは?

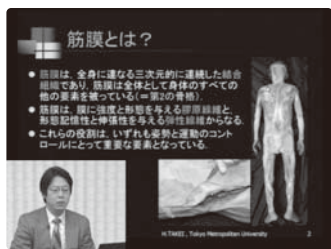
筋膜リリースは、徒手による構造的評価と治療で、全身の筋膜を対象として単なる筋膜の伸張ではなく、筋膜のねじれ・ゆがみをリリースする(=解きほぐす)手技です。

リリースによって筋膜制限を元に戻し、筋と筋の間、もしくは筋と他の構成物の間の可動性や伸張性を改善し、正常に機能できるように助けるというものです。

このシリーズでは、筋膜リリースの理論から、約30ものリリーステクニック、さらに骨盤帯機能異常を例にとり、その治療の流れを竹井仁氏の実技と解説でわかりやすく紹介しています。



ME74-1 基礎編(筋膜リリースの理論) [72分]



〈筋膜リリース総論:講義〉

筋膜リリースの定義と治療目的、膠原線維と弾性線維の特徴、支持組織の中の結合組織、筋膜の短縮や癒着が及ぼす影響、筋膜リリースの治療理論、リリースで生じる反応、筋膜リリースの適用、禁忌あるいは注意が必要な疾患、アライメントの評価、体性機能異常に対する評価 他

〈筋膜リリースの基本実技〉

■深筋膜と筋の間の滑りを感じる ■浅筋膜リリース:Vertical Stroking

■浅筋膜リリース:Full Back Sweep

■深筋膜リリース基本手技

①腰背部長軸リリース ②癒痕リリースScar Release

③横断面リリース

骨盤隔膜リリース、横隔膜リリース、胸郭部リリース、舌骨部リリース

④Pull:上肢伸張 (Arm Pull)、下肢伸張 (Leg Pull)

ME74-2 技術編(筋膜リリースのテクニック) [62分]



■背面のテクニック

ハムストリングスリリース、下腿三頭筋リリース、足底リリース、腰背部垂直(長軸)方向リリース、胸郭垂直(長軸)方向リリース、後頸部リリース

■前面のテクニック

大腿四頭筋リリース、前脛骨筋リリース、腹直筋リリース、胸郭垂直(長軸)方向リリース、前胸部リリース、前頸部リリース、舌骨上方リリース、舌骨下方リリース

■外側面のテクニック

大腿筋膜張筋-腸脛靭帯リリース、腓骨筋リリース、側腹斜方リリース、体幹回旋リリース、頭板状筋-胸鎖乳突筋リリース、側頭筋リリース、咬筋リリース、広頸筋リリース

■体幹~上肢のテクニック

肩甲骨間リリース、胸郭水平方向(大胸筋)リリース、上腕二頭筋リリース、前腕筋群リリース、手部リリース

ME74-3 骨盤帯機能異常治療編 [62分]



〈姿勢について:講義〉

理想的なアライメント、筋節の長さ-張力曲線、kyphosis-lordosis posture(前後弯型)、sway-back posture(動揺型) flat-back posture(平背型)、前額面のアライメント異常、真の脚長差、見かけ上の脚長差:骨盤前後傾、見かけ上の脚長差の影響

〈治療の実際:実技〉

■腹臥位での治療

アライメントの評価、骨盤部リリース 前傾側:腰腸肋筋リリース、広背筋リリース、腰方形筋リリース、下腿三頭筋外側リリース、後傾側:梨状筋リリース、ハムストリングスリリース、下腿三頭筋内側リリース

■側臥位での治療

前傾側:大腿筋膜張筋-腸脛靭帯リリース、腓骨筋リリース

■背臥位での治療

前傾側腸腰筋リリース、後傾側外腹斜筋リリース、腹直筋リリース、腰仙部減圧、前傾側股関節内旋筋群リリース、後傾側股関節外旋筋群リリース、前傾側大腿四頭筋リリース、後傾側前脛骨筋リリース、"Push-pull"-下制/拳上、後頭下筋群リリース、硬膜リリース、Pelvic balancing

ジャパンライムのホームページ

<http://www.japanlaim.co.jp>

メール会員登録募集中!

お申し込み方法

- 送料は何巻でも525円となっております。ご希望のDVD No.を指定し、電話かFAX、もしくは、FAXにてお申し込みください。
- 表示価格は消費税込みの価格です。
- ホームページからのお申し込みもできます。

[記入例]

DVD No.
お名前
ご住所/TEL
お勤め先/TEL

お支払い方法

- 到着日指定の「代金引き換え」の宅急便でお送りしております。
- 学校公費及び教育機関、また個人研究費などでご購入の場合、必要書類は、担当者までお申し付けください。
- 半年後の一括支払い(金利無し)及び、月々3,000円からの分割支払いも可。(個人購入のみ、クレジット扱い)
- カード(JCB、VISA、AmericanExpress、MASTER、DC、UC、UFJ、NICOS、イオンクレジット、ダイナース、クレディセゾン、東急TOP&カード)もお取り扱ひできます。(分割可)

●お申し込みお問い合わせはお気軽に!

JLG ジャパンライム株式会社

03(5789)2061(代)

〒141-0022 東京都品川区東五反田1-19-7

FAX. 03(5789)2064