

中川貴雄の Key-Note 講座 24年制大学  
四肢モーション・パルペーション  
「手関節」を読み解く ③  
手根骨

中川貴雄 D.C.

## 今日の予定

1. 手根骨のモーション・パルペーション
2. 手根骨のモビリゼーション
3. 手根管症候群

人と違うことに  
挑戦  
しなければ  
一流にはなれない

手根骨  
Carpal Bones



# 手首の関節

- 下橈尺関節 (前腕関節 Kapandji)
- 橈骨手根関節 (いわゆる手関節)
- 尺骨手根関節
- 手根間関節
- 手根中手関節
- 中手間関節

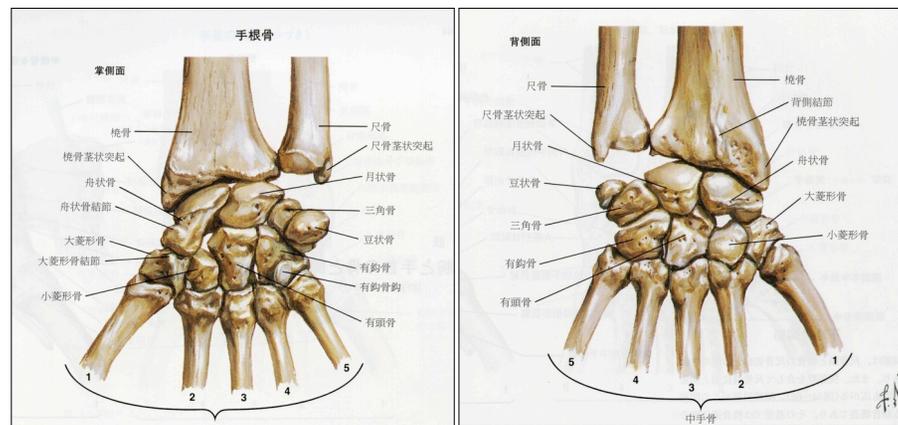
# 手首の症状

- 手首が曲がらない (背屈、掌屈、橈屈、尺屈)
- 手首が痛い (背屈、掌屈、橈屈、尺屈)
- 手首が腫れる。
- 手がしびれる。
- 手首をひねれない
- 変形

# 手首の疾患

- ◆骨折(コーレス骨折、舟状骨骨折、尺骨骨折、橈骨骨折、手根骨骨折)の後療
- ◆捻挫
- ◆手根管症候群
- ◆ドゥケルバン腱炎(母指伸筋・外転筋腱鞘炎)
- ◆TFCC
- ◆サブラクセーション
- ◆ガングリオン
- ◆関節リウマチ
- ◆神経損傷(正中、橈骨、尺骨)

# 手根骨 carpal bones



# 手根骨 (carpal bones)

母指側から

## ◆近位

- ◆舟状骨(scaphoid)
- ◆月状骨(lunate)
- ◆三角骨(triquetrum)
- ◆豆状骨(pisiform)

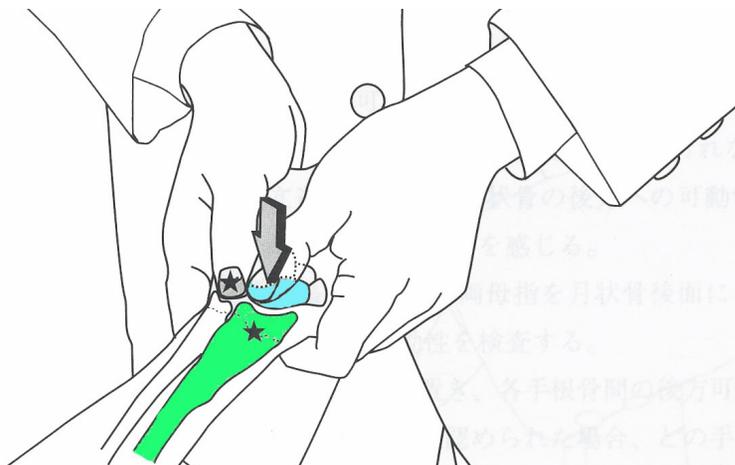
## ◆遠位

- ◆大菱形骨(trapezium)
- ◆小菱形骨(trapezoid)
- ◆有頭骨(capitate)
- ◆有鉤骨(hamate)

## 個々の手根骨前方可動性検査

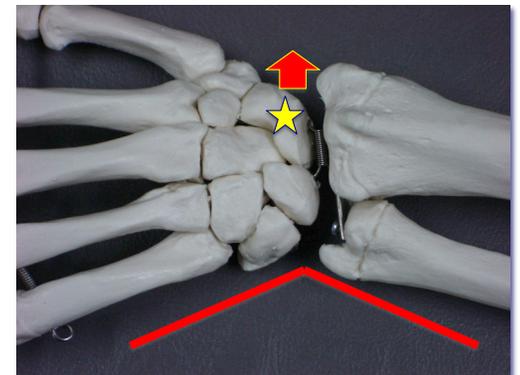


## 手根骨前方可動性検査

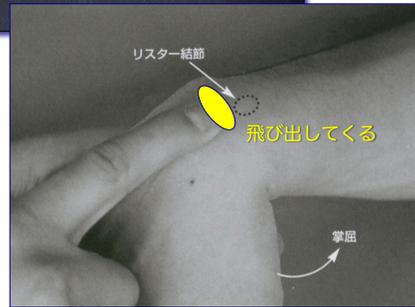
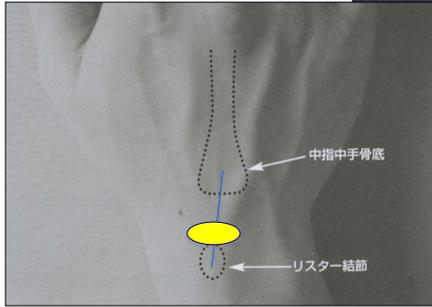
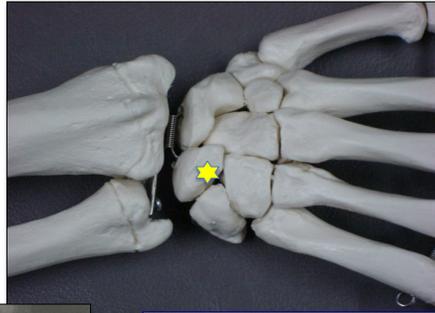


## 舟状骨

- タバコ窩 (snuff box) : 長母指伸筋腱と短母指伸筋腱の間の陥凹
- 尺屈すると指の方向に突出する
- 橈屈すると指から逃げるように動く (陥凹)



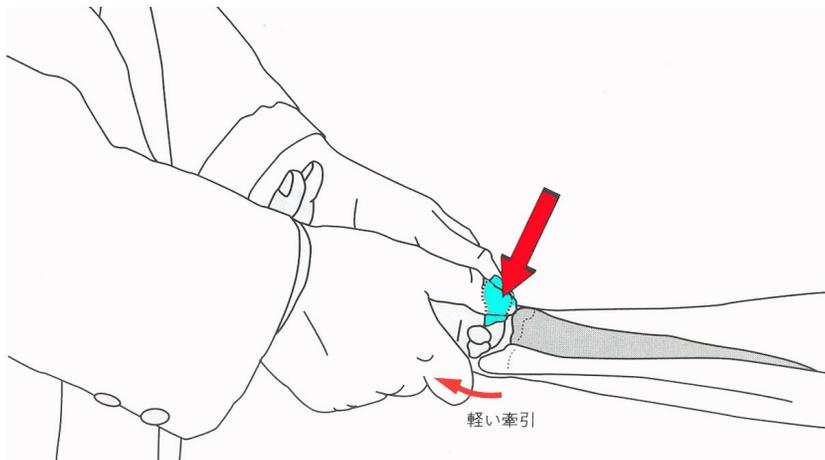
# 月状骨



# 手根骨後方可動性検査



# 手根骨後方可動性検査



# 手根骨後方モビリゼーション



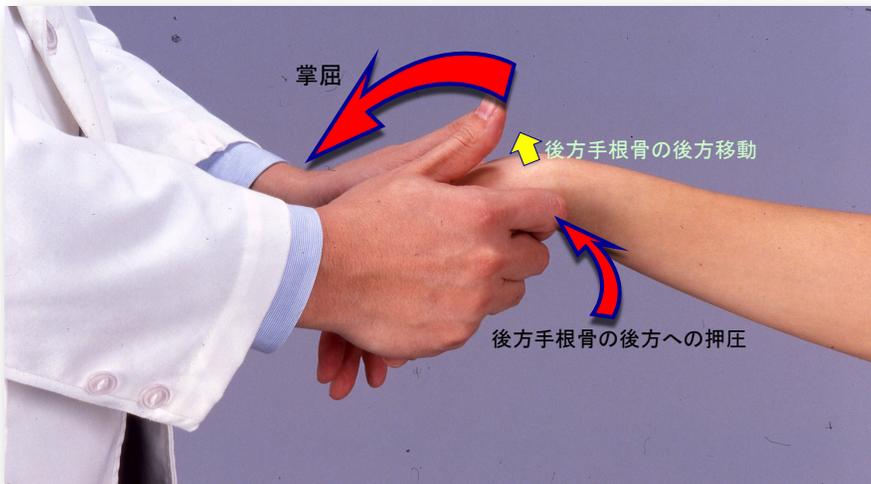
個々の手根骨外方・内方+前方可動性検査  
個々の手根骨外方・内方+前方モビリゼーション



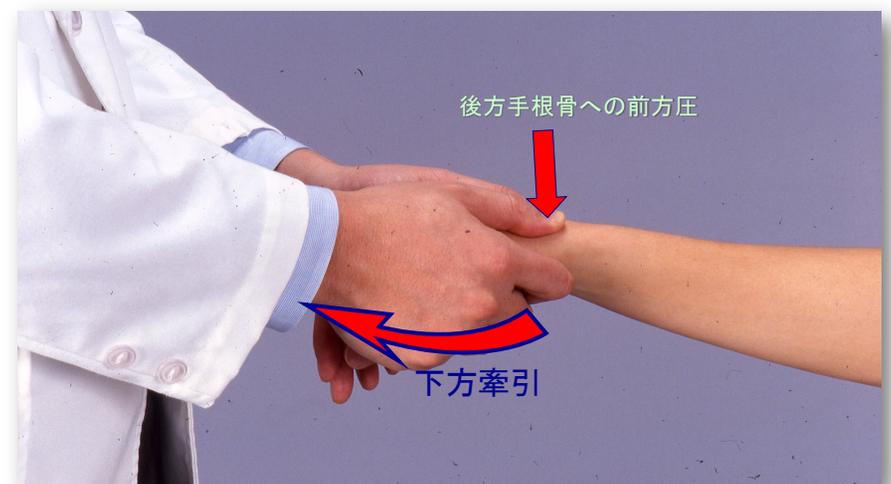
個々の手根骨内方/外方MOB  
+後方MOB



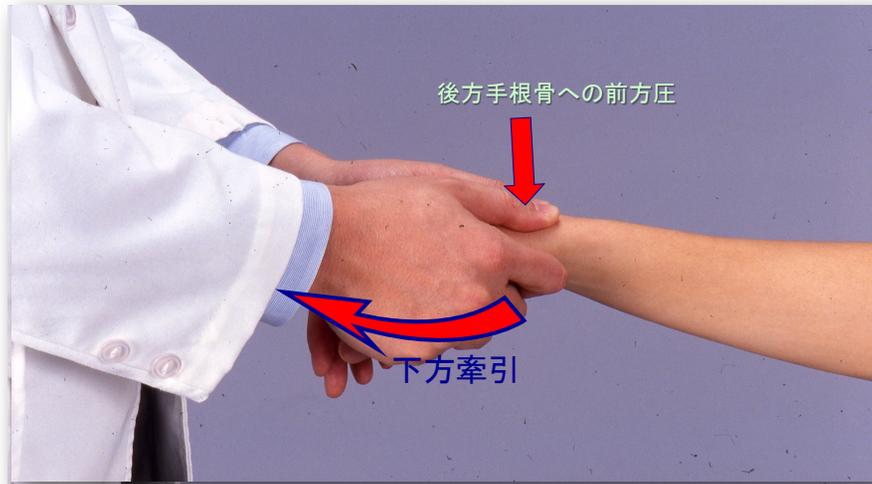
後方手根骨矯正法  
ステップ1



後方手根骨矯正法  
ステップ2



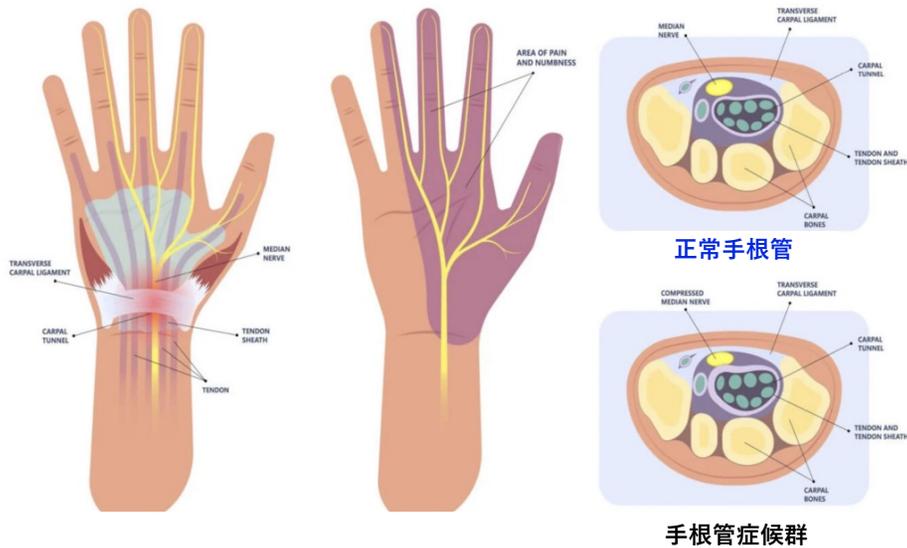
# 後方手根骨矯正法 ステップ1→2



# 手根管症候群



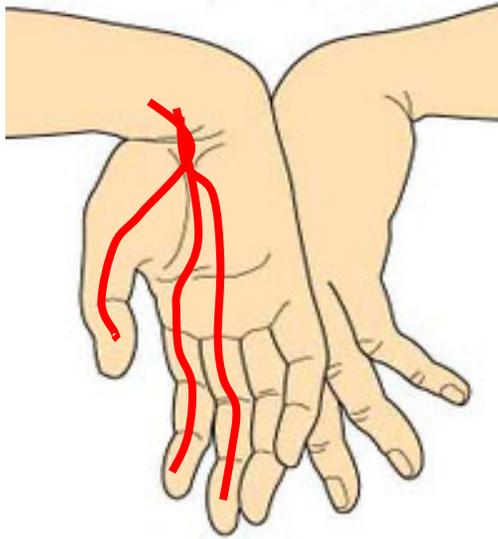
手根管で正中神経が障害され、  
しびれや痛みなどの症状を生じる



# 対立筋検査(母指が開く)



## ファレン検査



- 手根骨
- 下橈尺関節
- 胸郭出口症候群
- 頸椎
- 円回内筋

## 手のしびれを治すためのポイント

頸椎横突起の前方フィクセーションを治す

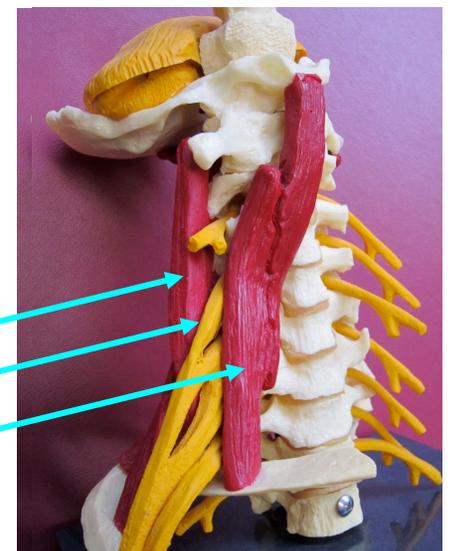
1. 伸展位
2. 屈曲位



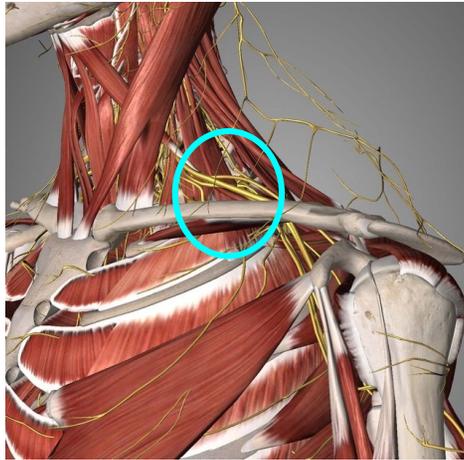
## 頸神経が触れる部位

1. 頸部、上肢症状は頸神経と斜角筋を考えなければ治療ができない
2. 胸郭出口症候群
3. 頸椎椎間板ヘルニアといわれても、これを治療すると好転することが多い

中斜角筋  
腕神経叢  
前斜角筋



# 頸神経が触れる部位



# 手根管症候群の治療

## 手根骨の治療

- 前方変位 (月状骨、有頭骨)
- 内旋変位 (舟状骨、大菱形骨)
- 外旋変位 (三角骨、有鉤骨)

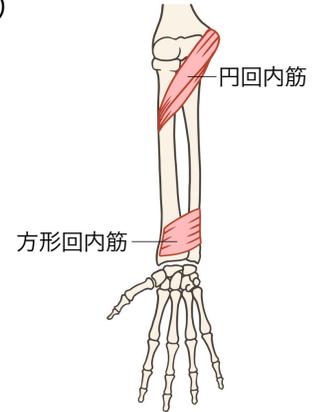
## 下橈尺関節

- 離開の治療

## 頸椎

- C6~7, T1

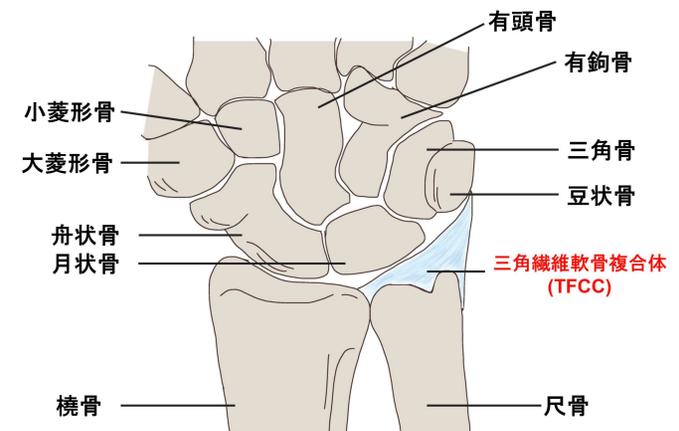
## 円回内筋



# TFCC損傷

三角線維軟骨複合体 損傷  
Triangular Fibro Cartilage Complex injury

# TFCC



## 2025年度 モーション・パルペーション勉強会のお知らせ

### 勉強会会場

- 東京：
  - イシカワBLD 5階セミナールーム
  - 東京都千代田区九段南2-5-5
- 大阪：
  - 新大阪丸ビル新館
  - 大阪市東淀川区西中島1-18-5
- 問い合わせ、申込
  - TEL 06-6358-1991
  - FAX 06-6358-1991
  - E-MAIL [info@mpsg.jp](mailto:info@mpsg.jp)
  - ホームページ <http://mpsg.info/mp/>

### コース

- **ベーシック 1 (10回)** 東京、大阪  
MP総論、臥位MP
- **ベーシック 2 (4~8月 5回)** 大阪  
坐位MP
- **アドバンス 1 (9月、11月~2月 5回)** 大阪  
腰痛治療、仙腸関節可動性亢進症
- 受講料
  - ベーシック1 130,000円
  - ベーシック2 120,000円
  - アドバンス1 120,000円

## 次回の Key-Note 講座

指関節  
MP/PIP/DIP関節

股関節