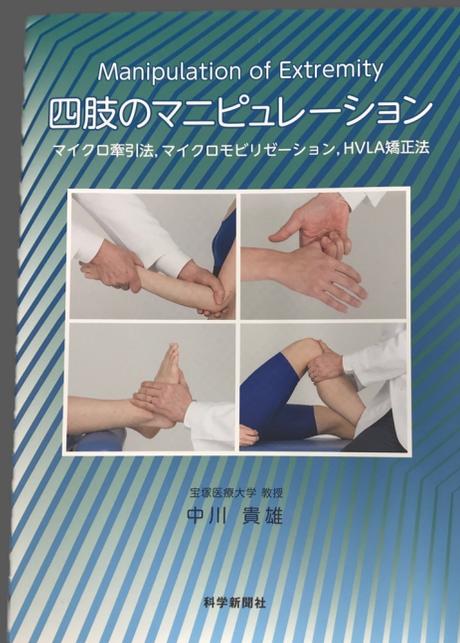
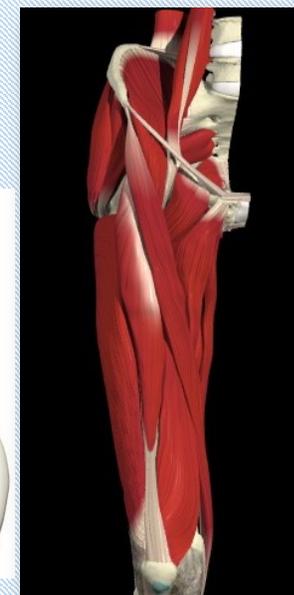
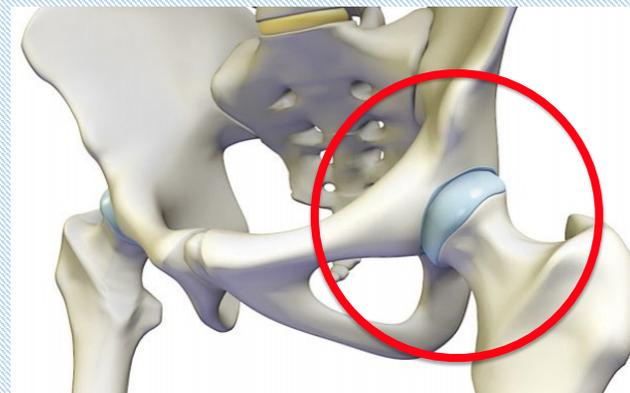


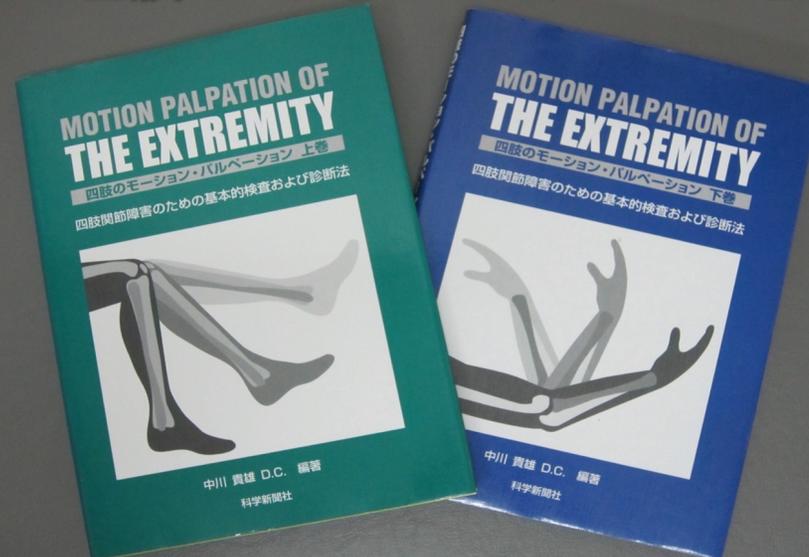
中川貴雄の Key-Note 講座 26回  
四肢モーション・パルペーション  
「股関節」を読み解く ①

中川貴雄 D.C.

股関節



四肢モーション・パルペーション



## 股関節治療で何ができるか?

- 股関節運動の正常化
- 股関節違和感の治療
- 股関節痛の治療
- 腰痛治療
- 膝関節痛の治療
- バランスの調整
- 上半身症状の治療

## 股関節に起こる症状

- 股関節の痛み
- 股関節の疼き
- 股関節の違和感
- 股関節の位置異常
- 歩行時の股関節の違和感
- 歩行時の股関節の痛み
- 股関節が伸びない。
- 股関節が曲がらない。
- 鼠径部の違和感
- あぐらがかけない。
- おしりが痛い
- 座ってられない
- 突然力が抜ける
- しゃがめない
- 走れない
- 引きつる
- ジャンプできない
- 前屈できない
- 足が上がらない
- 内股

## 鑑別すべき股関節障害/疾患

- 股関節捻挫
- 股関節挫傷
- 変形性股関節症
- 滑液包炎(腸腰筋、大転子、坐骨結節)
- 股関節機能障害
- 大腿骨骨頭置換手術後の違和感
- 骨盤/大腿骨々折の後療
- 成長痛
- 単純性股関節炎
- ペルテス病
- 先股脱
- 化膿性股関節炎
- 大腿骨頭壊死

画像診断や理学検査で異常がない

## 股関節異常から起こる疾患と障害

- 股関節疾患
- 腰痛、背部痛
- 肩こり、頭痛
- 骨盤内臓器の機能障害
- 膝関節障害
- 歩行障害
- 股関節運動機能障害

## 股関節治療に大切なこと

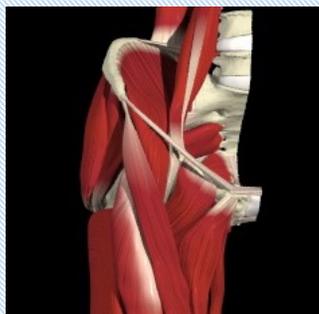
- 股関節を知る
  1. 骨、関節、筋肉、靭帯、神経の知識とその異常に対する治療の実践
  2. 基本運動（可動域、可動性）の知識とその異常に対する治療の実践
- 症状と股関節を関連させる知識とその治療の実践
- 症状と身体とを関連させる知識とその治療の実践
- 股関節治療効果の予測とそれに対処する知識と実践

## 股関節と構成骨



- 骨盤
  - 上後腸骨棘
  - 上前腸骨棘
  - 下前腸骨棘
  - 坐骨結節
  - 腸骨稜
  - 恥骨結節
- 大腿骨
  - 大転子
  - 小転子
  - 大腿骨体

## 股関節と周囲の筋肉など



- 前面
  1. 腸腰筋、大腿四頭筋、縫工筋、大腿筋膜張筋、薄筋、恥骨筋、内転筋群
  2. 鼠径靭帯、股関節滑液包、大腿神経、大腿動脈、腸腰筋滑液包、
- 後面
  1. 大殿筋、中殿筋、小殿筋、梨状筋、股関節外旋筋、ハムストリング筋、腰方形筋
  2. 坐骨神経、上殿皮神経、中殿皮神、坐骨結節滑液包

## 股関節の整形学検査

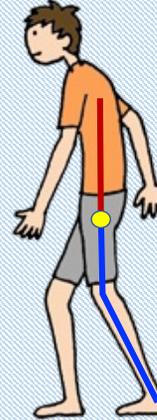
- 股関節可動域
- SLR（椎間板ヘルニア、ハムストリング筋短縮）
- パトリック検査
- Thomas検査（股関節屈曲検査）
- Ely検査（大腿直筋拘縮検査）
- トレンデンプルグ検査（股関節不安定性検査）
- 開排検査

# 股関節が動かないと



# 股関節伸展

股関節伸展×



股関節伸展○



# 股関節の柔軟性



膝関節伸展位での股関節屈曲



股関節外転

# 股関節の柔軟性



股関節開脚（両側外転）



股関節伸展

## 誰がよいポジションか？



第1のポジション

## こんな悩みも・・・

- 足首がぐらぐら
- 足の甲が痛い
- 母趾が痛い
- かかとの奥が痛い



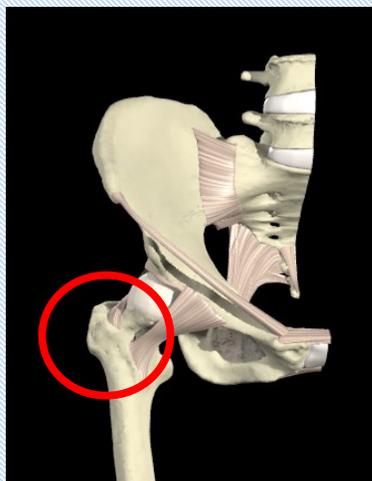
## 大転子の触診

### ◆異常所見

- 位置異常（ズレ）、圧痛、熱感、腫脹、異常変形

### ◆変位

- 外方変位、内方変位
- 上方変位、下方変位
- 前方変位、後方変位



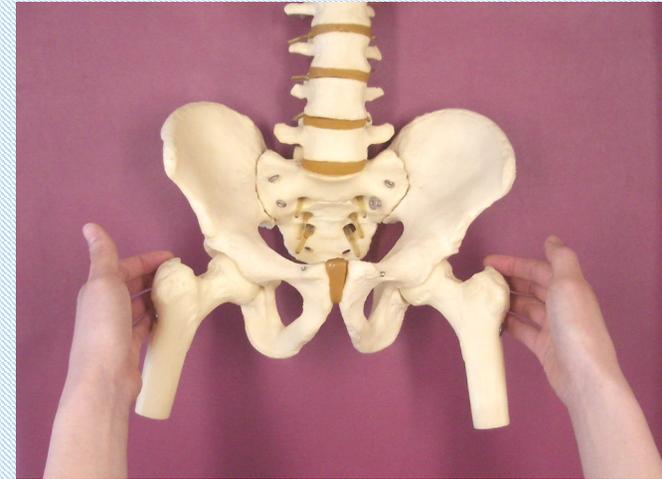
## 大転子外側の触診



## 大転子上縁の触診



## 大転子後面の触診



## 大転子前面の触診



## 股関節の自動運動

### 最も痛い運動を最後に行う

屈曲（110～120度）

伸展（10～15度）：腰椎伸展が起こらないように

外転（30～50度）：骨盤を動かさないように

内転（30度）：骨盤を動かさないように

外旋（40～60度）

内旋（30～40度）

# 検査法

## 可動域検査と モーション・パルペーション

### Range Of Motion & Motion Palpation

## 股関節の可動域検査と モーション・パルペーション

1. 屈曲（膝関節伸展位、膝関節屈曲位）
2. 内旋（膝関節伸展位、膝関節屈曲位）
3. 外旋（膝関節伸展位、膝関節屈曲位）
4. 内転（膝関節伸展位）
5. 外転（膝関節伸展位）
6. 伸展

## 股関節の受動運動検査における注意点

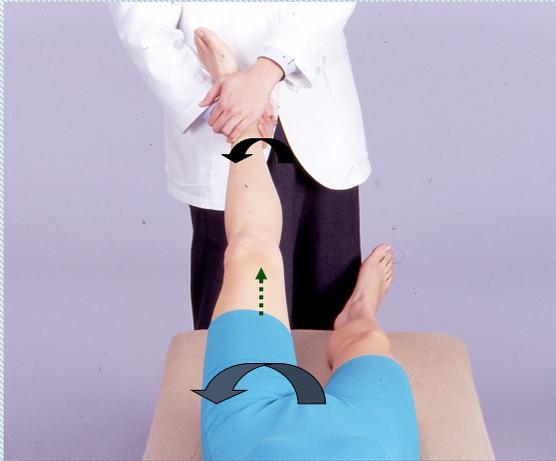
- 屈曲、伸展、外転、内転、外旋、内旋検査
- 必ず左右両側の検査を行う
- 可動角度の確認（患側と健側の差をわからせる）
- 抵抗感の有無を感じる
- 運動停止感の有無を感じる。

## 股関節屈曲検査（SLR）



## 股関節外旋検査法 (P.59)

- 足関節を（固定）する。
- わずかに（下方牽引）を加える。
- 検査では、股関節の動き、硬さに注意する。
- 膝の（代償性運動）（外旋）に注意する。
- 腕で回旋せず、（身体）を使う。



## 両側股関節外旋検査法 (P59)

- 両側を同時に検査してもよい。
- 背骨を伸ばし、身体を（後方）に倒す。
- 身体を前に倒さない。
- 脇を締め、身体で足を持つ。
- 脇を締めるように股関節を外旋する。



## 股関節内旋検査法 (P57)

- 足関節を（固定）する。
- わずかに（下方牽引）を加える。
- 検査では、股関節の動き、硬さに注意する。
- 膝の代償性運動（内旋）に注意する。
- 腕で回旋せず、身体を使う。
- （足関節）を内旋させないように注意する

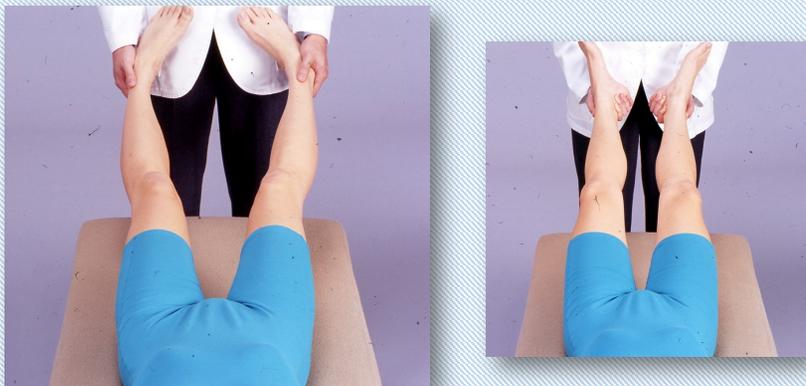


## 両側股関節内旋検査法 (P.57)

- 両側を同時に検査してもよい。
- 背骨を伸ばし、身体を後方に倒す。
- 身体を前に倒さない。
- 脇を締め、身体で足を持つ。
- 肘を開くように股関節を内旋する。



## 両側同時の股関節回旋検査 (P.58-P.61)



## 股関節外転検査



## 股関節内転検査



## 股関節屈曲検査法 (P.52)

屈曲最終可動域での(角度)と  
(抵抗感)を分析する。(左右比較)

- (上方変位、前方変位)
- 腸腰筋、殿筋の攣縮
- 股関節の狭少
- 可動性亢進
- 変形性股関節症

この検査の注意点

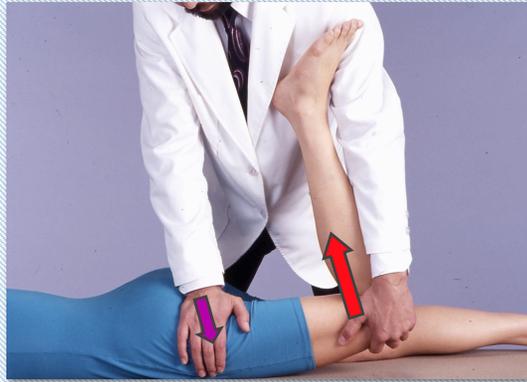
- (無痛)で行う
- 股関節に(病変)がある場合、無理な屈曲は避ける。



## 股関節伸展検査法 (P54)

### 鑑別診断

- 大腿骨の（**後方変位**）
- （**大腿直筋**）の攣縮
- （**腸腰筋**）の攣縮
- 可動性亢進



### この検査の注意点

- 無理をしない
- （**腰痛**）があり、伸展制限のある人にはこの方法は禁忌
- 椎間板ヘルニア、脊椎分離/すべり症には不適用が多い

## 屈曲モビリゼーション P.252

- 足の**左右揺すぶり運動**を股関節に伝える。
- 股関節をやさしく屈曲する。
- 股関節が弛み屈曲可動域が大きくなる。



## 伸展モビリゼーション P.250

- コンタクト・ポイント

：大

転子

- コンタクト・ハンド

：（**豆状骨**

部）

- IH：足首を左右に動かし、それを大転子に伝える。



## 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@mmsg.jp](mailto:info@mmsg.jp)
  - ホームページ <http://mmsg.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
- アドバンス1 120,000円

次回の Key-Note 講座

股関節  
(マイクロ牽引法)

6月3日