

徒手療法家のための基礎講座

Web第18期 徒手療法概論

第1回 概論

徒手療法とは

日本徒手理学療法学会では以下のように定義づけがされています。

徒手療法（マニュアルセラピー）は、施術者が手を使って患者の筋肉、関節、軟部組織、神経系に直接働きかけ、痛みや機能障害を改善する治療法です。整形外科や理学療法の一環として、四十肩、変形性関節症、慢性痛、スポーツ障害の治療に広く用いられ、運動療法と併用することで高い効果が期待されています。

しかし、上記の定義も理学療法士による定義づけとなっており、日本の現状にはそぐわないのではないだろうか？

徒手療法…徒手＋療法

徒手とはその名の通り「手」を意味する。
療法とは治療の方法のこと。

ここで1つ矛盾が生じる。
治療は根拠に基づくものであり、基本的には症状改善を目的としたもので、現状、医師や医療系有資格者が行うものである。
つまり、日本語の解釈として民間療法というのにはあり得ない言葉になる。
しかしながら、日本の現状では医師や医療系有資格者以外の専門家が行う施術行為を民間療法と呼んでいる。

今回は“徒手による施術行為”を徒手療法と呼ぶことにする。

徒手療法の始まりはヒポクラテスの時代にまでさかのぼる。
ヒポクラテスが行った徒手療法は牽引による関節操作であった。
日本においての徒手療法では活法や柔術から派生したものなどさまざま
であり、日本古来のものとカイロプラクティックやオステオパシー
などのように諸外国から入ってきたものが存在する。

とりわけ、現状の日本の徒手療法業界においてその対象組織の多くは
関節、筋、神経、内臓となっている。

徒手療法の種類

カイロプラクティック テクニック総覧より

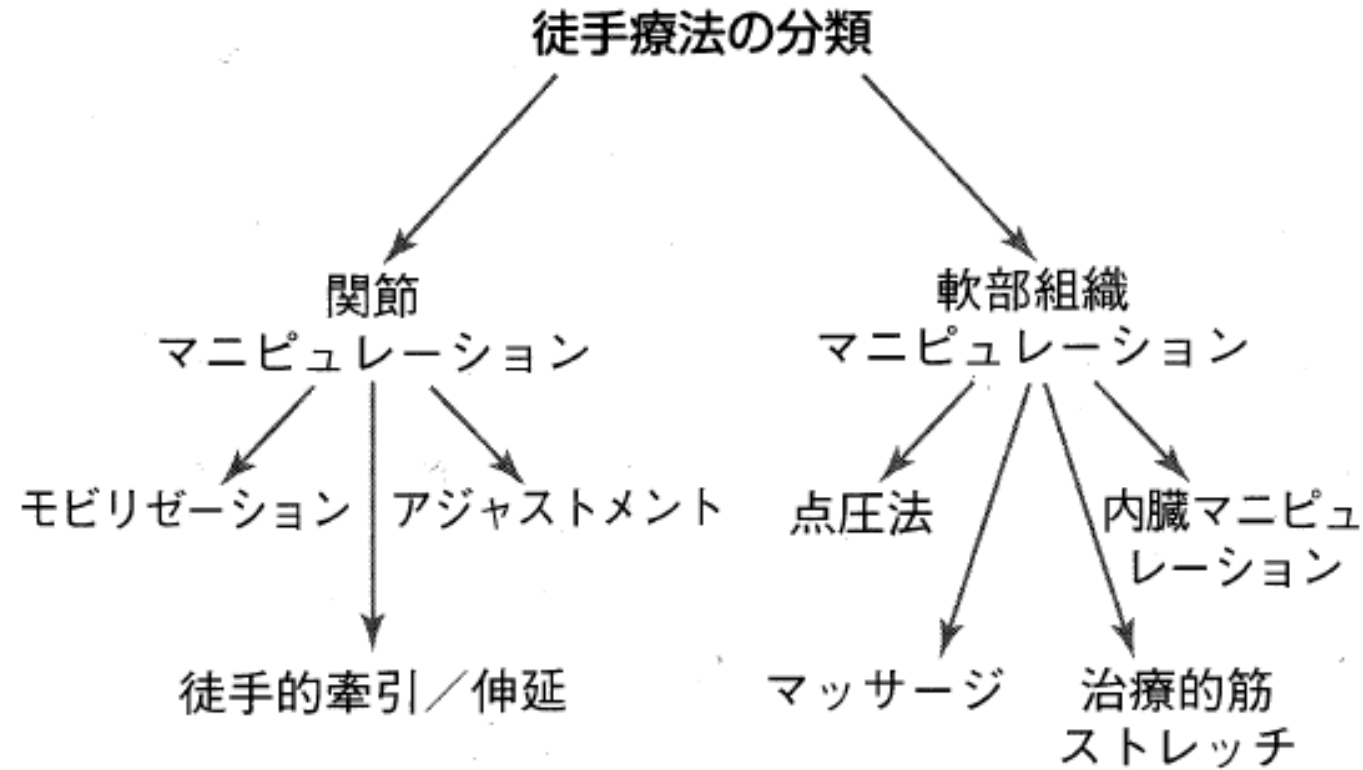


図4-1 マニピュレーション法の分類。(すべての徒手療法を網羅するものではない)

手技的にはテクニック総覧の分類は非常にわかりやすいが、手技と目的が同じとは限らない。

例えば筋エネルギーテクニックは筋の自動収縮を用いるが、その目的は可動域の改善である。

これは検査法から見ても明らかな事実である。

大切なことは、諸検査の結果より問題点（改善すべき所見）を把握し、その問題点に適応する徒手療法の選択である。

そのためにそれぞれの徒手療法の長所と短所は徒手療法家として知るべき義務ではないだろうか？

骨/關節



筋



神經

アジャストメント

1. 特異的な解剖学的部位にコンタクトして、ロング・レバー（長槌子）かショート・レバー（短槌子）のいずれかの応用により行われる、特殊な形態の関節マニピュレーション。速度と振幅と方向をコントロールしたダイナミックな低振幅スラスト
2. 特定の関節や解剖学的部位に対して、コントロールされた力、槌子の原理、方向、振幅および速度を利用して行われるカイロプラクティック治療法の総称。一般にカイロプラクターは、関節の機能や神経生理学的機能に働きかけるために、そのような方法を用いる
3. 神経機能を正常化して疾病を治すと言われている、脊椎へのマニピュレーション

モビリゼーション法

1. 一般には、関節の生理学的可動域の範囲内で適用される非スラスト・関節マニピュレーション。深さと速度をコントロールした程度の異なる他動運動を、周期的に加えるテクニック。通常、空洞化は起こらない
2. 関節の生理学的可動域の範囲内、または限界で、関節可動性の回復を目的として施される、スラストともインパルスとも区別できない単一の運動や反復的運動

牽引法

牽引や分離する力を生み出すテクニックによるモビリゼーション。徒手的方法と器械を利用する方法があり、力を持続的に加える場合と、間欠的に加える場合がある。

点圧法

手の指で一定の圧力を加える、または徐々に強い圧力を加えていく方法。コンタクトを静止する方法、軽く振動させる方法、あるいは円を描くように動かす方法がある

- ニモ（レセプター・トーンズ・テクニック）
- 鋭圧法（Acupressure）
- 指圧
- リフレクソロジー
- 体壁反射テクニック（チャップマン&ベネット）

マッサージ法

体を軽くまたは強く擦る、叩く、揉むなどの方法による全身的治療法

- 軽擦法
- 強擦法
- 揉捏法
- 叩打法
- その他ローリング法等

治療的ストレッチ法

等尺性収縮後弛緩や相互抑制の原理を利用して、筋膜組織を伸張させる徒手療法

- 固有受容性神経筋促通法（PNF）
- 自動的リリース（ART）
- 等尺性収縮後弛緩（PIR）
- その他筋エネルギーテクニック（MET）など

内臓マニピュレーション

独特のゆるい力で臓器の可動性（自発的運動または呼吸に伴う横隔膜の運動に対応した内臓の動き）、または自動性（内臓自身の固有運動）を回復する徒手療法

その他臨床で使いやすい技法

テクニック総覧では紹介されていないが、オステオパシー治療でよく使われる方法にストレイン・カウンターストレイン/ポジショナル・リリース・セラピーがある。