複雑な“ 動き ”のシンプルな診方

～ 手足体幹療法（Systemic coordination approach）の紹介 ～

Key word：理学療法・運動・手足体幹療法

ポスモア（姿勢と動きの研究所）・脇田整形外科　　安里 和也

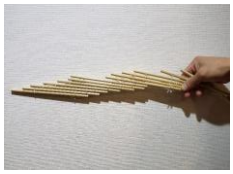
【はじめに】理学療法とは？との問いに対する演者のこたえ ⇒ 「 ” 運動 ” で治療する方法 」

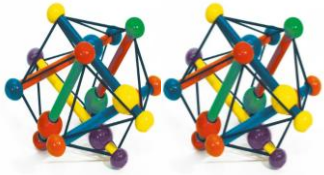
【目的】運動の起こり方・運動制御論に対する考え方の一つとして一症例を通して提案したい。

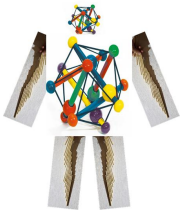
【概念】ヒトの動きは、そもそも一つの細胞から細胞分裂し、動きを伴って発達していった過程を考えると

「 動き 」→ 「 組織（関節など）」

が作られていると考えている。よって、全く別の視点からヒトの動きを捉え、「動き」を変化させた結果、組織（関節など）を変化させるという視点から介入する方法。
また、ヒトが四つ足動物から進化したと仮定した場合、手足とその他の部位との動きを作り出すことにより全体の張力バランスが整った、本来の「 動き 」が形成され、組織（関節など）の再構成を良い方向に援助する戦略。



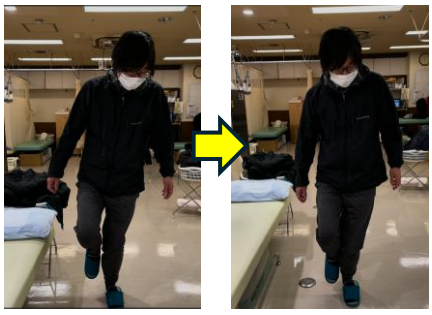




【症例紹介】40歳代後半・男性・主訴は左膝痛・診断名は左変形性膝関節症（2025年1月20日診断・以降全て2025年）・営業職（車移動多い）・運動歴は特にナシ・1月24日理学療法オーダー開始。
既往歴として、約20年前に左膝蓋骨脱臼し、腱移行を伴う整復術を観血的に施行。現病歴は、既往である左膝蓋骨脱臼整復術以降、左膝の違和感と共に脱力感があり、踏ん張りが効かない状態であったが、約2年前から主訴である左膝痛が日常生活の歩行時・階段昇降時に出現し、近医を受診するに至る。

【経過】1月24日理学療法開始。3月28日現在10回の介入にて痛みかなり軽減。痛み：（開始時）歩行時・階段昇降時に常時（10回介入時）ゆっくりとした階段下降時と小走り時のみ。歩行：立脚期の安定性及び踏ん張りが向上。本人曰く「こんなに改善を感じることはなくて、不思議でしょうがない」との由である。

3月　介入前　　介入後



5月　介入前　　介入後

7月　介入前　　介入後

【考察】今回、約20年来の左膝の違和感を持ち、2年前から日常生活でも痛みを伴う患者さんを担当させていただいた。それまで、どんな運動やリハビリ等を行なってきても改善の兆しを感じられず、半ば諦めていたが、日常生活にも影響が出てきたため近医を受診し、理学療法開始となった症例である。今回、ご紹介する手足体幹療法を用いて、10回介入させていただいたが、本人の期待以上の効果が得られた。
手足体幹療法は運動の起こり方（運動制御論）を考慮し、既存の理論とは違った視点からの介入になり、これまで難治とされてきた対象にも効果を出せる可能性を感じることになった。

【結論】20年来の膝の不調に対して、手足体幹療法は効果的な介入となった。

【倫理的配慮、説明と同意】
本研究発表は対象者に対して研究の目的と個人情報に対する取扱いを十分に説明し、研究に対しての同意の有無によって診療に影響しない旨の説明を書面を用いて行い、全ての同意を得た上で行った。