PNFテクニックの臨床応用、第1弾!

PNFの治療技術

PNFの最新理論と腰痛へのアプローチ

DVD No. ME139-S 全4枚セット特価

27,000円+税(送料別)



ME139-A (ME139-A1,A2) 全2枚セット 分売不可 15,000円+税(送料別)

ME139-B (ME139-B1,B2)全2枚セット 分売不可 15,000円+税(送料別)

ここまで進化した!最新のPNF理論を学ぶ



実技・解説

市川繁之 (国際PNF協会認定アドバンスインストラクター)

高井 豊 (医療法人社団 森山医会) 野原 降博(医療法人社団 森山医会)





運動コントロールや運動学習の 考え方を用いた治療の実際!

PNFとは、Proprioceptive Neuromuscular Facilitationの略で、日本語では 固有受容性神経筋促通法と呼ばれています。固有感覚受容器を刺激し、神経や 筋などの働きを高め、身体機能を高めるというものであり、運動療法の一つでも あります。

今回のDVDでは、PNFの基礎となるPhilosophy(治療に対する考え方)、Basic Principles (基本原理) とProcedure (手段)、Techniques (テクニック) について、 PNFの第一人者である市川繁之氏が最新の考え方とテクニックを詳しく解説 しています。

そして、臨床応用編の第一弾として、「一般的な腰痛患者に対するアプローチ」に ついて取り上げています。ここでは、急性期から回復期、日常生活に復帰させる ための応用動作を行う時期といった流れに沿った治療プログラムとなってい ます。その中でPNFのPhilosophyである運動コントロールや運動学習の考え方 を利用した治療の実際を紹介しています。

進化し続けるPNF理論と臨床における実践例は、全ての治療家の皆さんにとって 興味深い内容と言えるでしょう。

ME139-A

「PNF概論(臨床応用のために)」

(ME139-A1,A2)

全2枚セット/分売不可 15,000円+税(送料別)

ME139-A1 56min

「PNF概論(臨床応用のために)1」

ME139-A2 50min

「PNF概論(臨床応用のために)2」

ME139-B

「腰痛へのアプローチ」

(ME139-B1,B2)

全2枚セット/分売不可 15,000円+税(送料別)

ME139-B1 48min

「腰痛へのアプローチ1」

ME139-B2

「腰痛へのアプローチ2」

各巻詳細は裏面へ!



インターネットからのご注文は…… http://www.japanlaim.co.jp サンプルムービー配信中!

お申し込み方法

- ●ご希望のDVD Noを指定し、電話か八ガキ、 FAX、もしくはホームページにてお申し 込みください。
- で住所:電話/お勤め先:電話
- ●送料は何枚でも500円+税です。
- 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」の宅配便でお送りします。 ●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は、 必要書類は担当者までお申し付けください。
- ●カード (JCB、VISA、MASTER、DC、UC、UFJ、NICOS、ダイナース、クレディセゾン、アメリカンエキスプレス、イオンクレジット、

jl(ジャパンライム株式会社

〒113-0033 東京都文京区本郷5-25-14 本郷竹下ビル4F

TEL. 03-5840-9980 FAX. 03-3818-6656

PNFの治療技術

PNFの最新理論と腰痛へのアプ

DVD No. ME139-5 全4枚セット特価 27,000円+税(送料別)



ME139-A

「PNF概論(臨床応用のために)」

(ME139-A1,A2)

15,000円+税(送料別) 全2枚セット/分売不可

A1,A2では、PNFの基礎となるPhilosophy(治療に対する考え方)、Basic Principles (基本原理) とProcedure (手段)、Techniques (テクニック) について

ME139-A1 56min

「PNF概論(臨床応用のために)1」

- ■PNFとは
- ■Philosophy(治療に対する考え方)
- ■Basic Principles (基本原理)とProcedure (手段)
- ○「Basic Principles & Procedure」の概要
- ◎触覚刺激
- ◎聴覚刺激 ◎抵抗
- ◎視覚刺激
- ◎関節刺激(牽引、圧縮)
- ◎伸張刺激(ストレッチ)
- ◎パターン
- ◎タイミング
- ◎放散、強化、加重
- ◎ボディメカニクス

ME139-A2 50min

「PNF概論(臨床応用のために)2」

- ■Techniques (テクニック)
 - ◎「Techniques」の概要
 - **ORhythmic Initiation**
 - 動筋パターンの運動能力を改善
 - **©Combination of Isotonics**
 - 動筋パターンの中でリラクセー -ションさせることなく行う、求心性、遠心性、 そして持続した静止性筋収縮
 - ©Repeated Stretch from beginning of range 動筋パターンにおいて、開始肢位から、十分にエロンゲーションされた筋群 への反復的ストレッチ
 - **©Repeated Stretch through range** 動筋パターンにおいて、運動域の中で収縮している筋群への反復的スト レッチ
 - Replication
 - ・ 患者に運動感覚や位置などを教えたり、その運動の最終位置を教えるテクニック
 - **ODynamic Reversals**
 - 拮抗筋から動筋に筋緊張を低下させることなく変換させる交互性の動筋収縮
 - **Stabilizing Reversals**
 - 筋緊張を低下させることなく行う、拮抗筋と動筋の交互性の静止性筋活動
 - **ORhythmic Stabilization**
 - 関節運動を起こさず、筋緊張を低下させることなく行う、拮抗筋と動筋の交 互性の静止性筋活動
 - Contract Relax
 - 拮抗筋に随意的求心性収縮をさせ、それに対抗し、その位置を維持、そして その後のリラクセーションを得る事により動筋の自動運動域を拡大させる
- **OHold Relax**
 - 拮抗筋あるいは動筋に最適な静止性収縮をさせ、その後の拮抗筋のリラク セーションを得ることにより、動筋の自動運動域を拡大させる





ME139-B 「腰痛へのアプローチ」

(ME139-B1,B2)

全2枚セット/分売不可 15,000円+税(送料別)

B1,B2では「一般的な腰痛患者に対するアプローチ」について取り上げており、急 性期から回復期、日常生活に復帰させるための応用動作を行う時期といった流れ に沿った治療プログラムを紹介している

ME139-B1 48min

「腰痛へのアプローチ1」

- ■はじめに
- ■Passive stimulation / Active relaxationの利用
- 身体構造レベル(直接的アプローチ)
- 腰椎の可動性・生理的前弯の正常化をゆっくりと反応をみながらしてゆく
- ◎腰椎屈曲·伸展(sidelying)/Rhythmic Initiation(Passive⇒Active assistive phase)
- 腰椎側屈(sidelying)/Rhythmic Initiation(Passive⇒Active assistive phase)
- ◎腰椎側屈 (hooklying) / Rhythmic Initiation Combination of Isotonic
- ◎ 3 次元的パターン(sidelying) / Rhythmic Initiation Combination of Isotonic
- ■Relaxation techniquesの利用
 - 身体構造レベル(直接的/間接的アプローチ)
 - 罹患筋の筋緊張の正常化により、腰椎の可動性・生理的前弯の正常化
 - ○Pelvis post elevation (sidelying):腰方形筋/
 - **Hold Relax**•Combination of Isotonics

 - ◎腰方形筋パターン、上部体幹から/Hold Relax ◎両側性下肢パターンを用いて/Hold Relax・Combination of Isotonics

ME139-B2 52min

「腰痛へのアプローチ2」

- ■Stabilizing techniquesの利用
 - 身体構造レベル(直接的アプローチ)
 - 腰部周辺の腹筋・背筋を活性化し、安定性を学習
 - **○Pelvis ant. elev.⇔post. Dep.** / Stabilizing Reversals
- OLower Trunk Rotation / Rhythmic Stabilization Stabilizing Reversals
- ■Dynamic techniquesの利用

 - 身体構造レベル(直接的アプローチ) 腰部周辺の腹筋・背筋を活性化し、拮抗筋と動筋のコントロール能力を高めてゆく
- **©Lower Trunk Rotation / Combination Of Isotonics**
- ◎Lower Trunk Rotation / Dynamic Reversals (腹筋と背筋のコントロール)
- ■座位にてStabilizing techniquesの利用
 - 身体構造レベル/活動レベル
 - 腰部周辺の腹筋・背筋を活性化し、体幹の安定性を学習
 - ◎Scapula, pelvis, Neckの組み合わせ/Stabilizing Reversals・Rhythmic Stabilization • Combination Of Isotonics • Dynamic Reversals
- ■Stabilizing techniquesとダイナミックな運動の組み合わせ (Mobility on Stability)
 - OLifting pattern/Head にてStabilizing Techniques,
 - Armにてreach 動作(Combination of Isotonics)
 - ©Chopping pattern / Head (こて Stabilizing Technique, Arms にてreach 動作(Combination of Isotonics)
- ■実用的エクササイズ

Isotonics

- ◎四つ這い位:骨盤、腰椎の動きを強調、 腹筋、背筋の強化/ Combination of Isotonics • Stabilizing
- Reversals ○四つ這い位:Flex-Abd-ER with elbow extension/Combination of

