



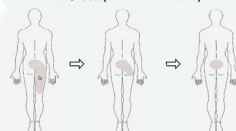
腰痛のさまざまな治療法が
世の中にあふれていますが、

商品番号 ME250-S

67min
ME250-1 痛みナビとは

はじめに
第1章 …… 基本方針
第2章 …… 痛みナビ診断
第3章 …… 問診の実際
第4章 …… 評価基準
第5章 …… 体操検査
第6章 …… 体操処方方

中央化(Centralization)



痛みが腰の真ん中へ集まる中央化は改善の兆候

価格:24,000円+税(送料別)
全3巻・分売不可

痛みナビ体操

～脊柱管狭窄症をはじめとした腰痛を改善する～

日本人の抱える愁訴の多くが
腰痛であることを考えると、
必ずしも有効な治療がなされていないと考えられます。

33min
ME250-2 痛みナビ体操

壁を使った体操

伸展基本体操① 壁反らし オンハンド
伸展基本体操② 壁反らし オンアブドーメン
屈曲基本体操① 壁おじぎ オンハンド
屈曲基本体操② 壁おじぎ オンヘルビス
側方基本体操① お尻すらし①
側方基本体操② お尻すらし②

立位で行う体操

伸展体操① 立ち反らし
伸展体操② 立ち反らし キッチンシンクオーバープレッシャー
屈曲体操 立ちおじぎ
側方体操 お尻すらし

座位で行う体操

伸展体操① 座り反らし
伸展体操② 座り反らし ハンドオンヘルビス
伸展体操③ 座り反らし ハンドオンニー
屈曲体操① 座りおじぎ
屈曲体操② 座りおじぎ 足首つかみ①
屈曲体操③ 座りおじぎ 足首つかみ②
回旋体操① 振り向き①
回旋体操② 振り向き②
背骨ゆらし体操① 後屈メイン
背骨ゆらし体操② 前屈メイン
背骨ゆらし体操③ 後屈+前屈

臥位で行う体操

伸展体操① うつせ寝
伸展体操② 肘立て反らし
伸展体操③ 腕立て反らし
伸展体操④ 腕立て反らし 深呼吸
伸展体操⑤ 腕立て反らし お尻すらし
屈曲体操① 膝抱え
屈曲体操② 足首抱え
回旋体操① 振り向き①
回旋体操② 振り向き②

銅冶先生が、整形外科医としての長年の経験から

「痛みナビ体操」を考案されました。

このDVDでは、実際の患者さんを使って詳しく分かりやすく解説。



指導・解説: 銅冶英雄

お茶の水整形外科
機能リハビリテーションクリニック 院長



93min
ME250-3 問診と体操処方の実際

ケース1 マラソンで腰痛と左足のしびれが出現した60歳女性

ケース2 腰痛と両足のしびれのある69歳女性

ケース3 筋トレで腰痛と右足のしびれが出現した63歳男性

ケース4 腰反らしで右膝の痛みが出た63歳女性

ケース5 朝に腰が痛む56歳女性

運動療法の実施前と後の様子を収録し、
実際の臨床に非常に役立つDVDとなっております。



商品詳細・ご注文は通販サイトから… www.japanlaim.co.jp/ サンプルムービー配信中

JLC ジャパンライム株式会社

TEL.03(5840)9980 FAX.03(3818)6656
〒113-0033 東京都文京区本郷 5-25-14

ジャパンライム ME250

検索

【お申込み・お支払い方法】○ご希望の商品番号を指定し、電話かハガキ、FAX、もしくはDVD通販サイトにてお申込みください。受注確認後3～6営業日後でお届けします。
○送料は1回につき741円+税。○到着日指定で「代金引換(手数料無料)」の宅配便でお送りします。○カード(VISA、MASTER、AMEX、他)もご利用できます(分割可)。

ME250
2019.01