非特異的腰痛症
に対する積極的安定化運動の理論と実際

腰痛は「脊椎の障害」から「生物・心理・社会的疼痛症候群」へ、「解剖学的異常」から「器質・機能障害」という概念に変化しています。実際、臨床で取り扱う腰痛の80%以上が画像所見と合致しない非特異的腰痛であることを明らかにしました。それを受け、腰痛の治療は今や、多面的・集学的アプローチが時代の流れです。その中でも腰部の不安定性が腰痛発生の要因の1つと言われ、様々な安定化運動が検討されています。最近の報告をまとめると、深層筋（インナー・マッサル、コア・マッサル）トレーニングは慢性期の機能障害再発予防に対しては効果的ですが、亜急性期の機能障害と腰痛に関しては効果が少ないことが立証されています。

今回のDVDでは、システムマティック・レビューに基づいた理学療法の方法と、股関節、股骨帯、脊椎の不安定性に対する積極的安定化運動の方法について紹介しています。臨床において即効性のあるこの治療法の理論とテクニックを是非マスターしてください。

システムマティック・レビューに基づく
腰部骨盤帯の安定化理論
急性期、亜急性期に効果的な
積極的安定化運動の実際

脊柱安定運動の理論と実際

脊柱安定運動の理論と実際

脊柱安定運動の理論と実際

脊柱安定運動の理論と実際