

足関節の可動性に対する刺鍼法の検討

－アキレス腱深部への刺鍼－

首都医校 江頭 至光

ヒトが歩く際、足には体重の 1.25 倍もの衝撃を受けている。また、歩行だけではなく、階段昇降ではその衝撃は大きくなり、しゃがみ込みなどの動作では柔軟性も求められる。

このように過酷な環境におかれている足は、多くの骨・関節や筋・靭帯等で構成され、さらにメカノレセプターによる神経系が加わり、それぞれが協調しながらスムーズな運動を創り出しているのである。一方、このスムーズな運動が制限されると、足だけではなく、膝・腰・体幹などに制限や障害を及ぼすことも容易に想像できる。

本講演では、足関節の可動性に影響を与える筋・支帯・アキレス腱深部に着目して施術した結果をお伝えします。

<筋>

施術目的：屈筋の緊張の改善

施術対象：腓腹筋・ヒラメ筋

患者評価：足関節の可動性向上。

施術後に筋の重だるさが出現し、翌日も感覚的な筋出力の低下が感じられた。

術者評価：施術は簡単。

<支帯>

施術目的：支帯の圧力の軽減。重だるさの出ない施術。

施術対象：伸筋支帯または屈筋支帯

患者評価：足関節の可動性向上。今まで出来なかったカーフレイズが可能となった。
だるさなし、翌日への影響なし。

術者評価：支帯を通過する腱が動作に影響がない場合には効果は感じられない。

<アキレス腱深部>

施術目的：足関節底屈筋の滑走性の向上。重だるさの出ない施術。

施術対象：アキレス腱深部

患者評価：足関節の可動性向上。足関節のクッション性向上。

術者評価：施術部に張りがなければ効果が薄い。

可動域：施術後の関節可動域は約 5° 向上した。

本講演の副題であるアキレス腱深部への施術の目的は、足関節底背屈筋の滑走性の向上と施術後の筋の重だるさの出現を除くためである。結果は、可動域が向上し、重だるさは出現しなかった。このことは、スポーツ選手では喜ばしいことであり、一般の患者でも、煩わしい重だるさが出ない施術は有効と思われる。

以上