

●使用テキストのご案内

『よくわかる指圧テクニック-術者の体にもやさしい呉竹指圧-』

執筆者：岡本雅典 発行元：医道の日本社 金額 4, 200円

今年7月8日、東京医療専門学校講師（治療院ホスピターレ院長）で指圧実技担当の岡本雅典先生が執筆された呉竹指圧の解説書が、医道の日本社より「よくわかる指圧テクニック」の表題で発売となりました。

呉竹指圧は岡本先生の師である榊原豊先生が築き上げた指圧法で、テコの原理を多用することにより、術者の体に疲労が溜まらないよう患者の体の深部にまで圧を浸透させることができるのが長所です。本書では、各手技を『立ち位置』『姿勢』『体重移動の方向と量』の3要素に基づいて詳細に解説し、解説文にリンクさせた豊富な写真やイラストで直感的に理解できるよう工夫されています。いずれの手技も、臨床で多くの患者を連続して指圧できるよう『疲れにくい指圧を行うための5カ条』に基づいて解説してあります。

また失敗例の写真も併載しているのので、どのように修正すべきかが瞬時に理解でき、指導法も身に付けられるよう、構成しております。

◆ 第II章 身体各部の指圧法 — 頭部、頸部、背部の指圧と運動操作

肩上部の母指圧

僧帽筋の上部線維の際を押圧。

立ち位置	<ul style="list-style-type: none"> ・左膝立で患者の頭上に位置し、患者の肩峰と耳を結ぶ線上に術者の体幹の中心を合わせる。
姿勢	<ul style="list-style-type: none"> 【患者】肩を床に対し90度立てる。 【左上肢】肘を立膝に密着させる。→① 【左下肢】立膝の角度は90度よりやや鋭角にし→②、つま先をやや内方に向け、踵は床に着けておく。→③
手	<ul style="list-style-type: none"> 【両母指重ね圧】立膝側の母指が下。 【四指】背部と鎖骨直下に当て、両四指で患者の肩が倒れないよう支手とする。→④
体重移動	<ul style="list-style-type: none"> ・少々前方に体重移動し、テコを効かせながら、膝から肘へ体重を伝える。 ・更に強圧にしたい際は、右のつま先で床を蹴り地面反力を用いる。→⑤

【肩上线】僧帽筋上部線維の際で、巨骨(LI16)や肩井(GB21)が通る線。3~4点。



①→膝蓋骨を肘頭のやや上方の肘頭窩、経穴でいう天井(TE10)辺りに密着させると良い。体重移動に伴い、肘が膝蓋骨上を滑るようでは、テコが効かなくなる。



②→立膝の角度を90度よりやや鋭角にし、前傾姿勢を取ると、体重移動の量が必要最小限で済む。

③→踵を浮かせて体重移動すると術者の体が不安定になり下腿が震えてしまうので、必ず踵を床に着けておくこと

✖



肘が膝から離れてしまっていて、テコが使えていない。また、立膝の角度が90度より鈍角であるため、垂直圧をかけるための体重移動の量がムダに多くなってしまいます。左足をもっと患者の頭の方に近づけて、肘と膝を密着させること。