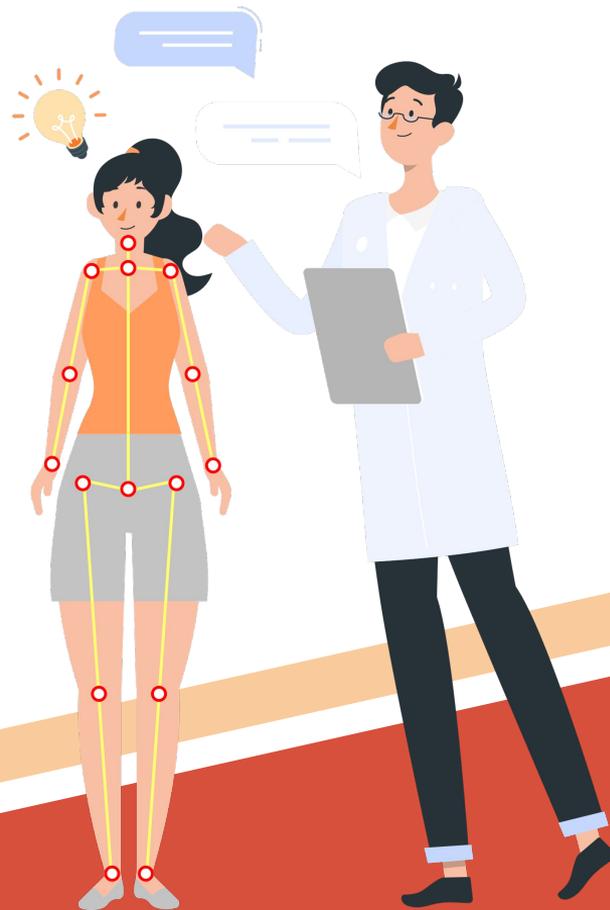


SK シセイカルテ 姿勢分析説明マニュアル



目次

1. **スライドの目的**
2. 導入者様のシセイカルテ活用時の課題
3. 姿勢と痛みの関連性について
4. 主訴の部位別でシセイカルテの分析結果の見るべき項目

スライドの目的

導入者様が業務で「シセイカルテ」をよりご活用いただけるようサポートさせていただきます

日頃より「シセイカルテ」をご活用いただきましてありがとうございます
本マニュアルは「シセイカルテ」の分析結果を患者様にスムーズに説明いただけるよう、

- 痛みのメカニズム
- 痛みと姿勢との関連性、
- 分析結果での見るべき項目

などをまとめた資料になります。

「シセイカルテ」を活用したご説明の一助になれば幸いです



目次

1. スライドの目的
- 2. 導入者様のシセイカルテ活用時の課題**
3. 姿勢と痛みの関連性について
4. 主訴の部位別でシセイカルテの分析結果の見るべき項目

導入者様のシセイカルテ活用時の課題

「腰痛を楽にしてほしい」など姿勢改善以外の主訴の患者様に対して姿勢分析をどのようにご案内したらいいのかわからない方が多い

スタッフ様ご自身は姿勢と痛みの関連性について理解しているものの、患者様に理解してもらえるよう説明するのが様々な理由が重なり難しい



姿勢と痛みの関連性を改めて理解し、
シセイカルテの分析結果と痛みを紐づけた説明イメージをもっといただくことで納得感のある接客が可能に

目次

1. スライドの目的
2. 導入者様のシセイカルテ活用時の課題
- 3. 姿勢と痛みの関連性について**
4. 主訴の部位別でシセイカルテの分析結果の見るべき項目

姿勢と痛みの関連性について

筋や関節の痛みのメカニズムは大きく3つに分類される

筋肉や関節の痛みが発生する原因は多岐に渡るが、大きく分けると、「使い過ぎ」「使わなさ過ぎ」「使い方が違う」の3種類のどれかに該当することが多いとされている



姿勢と痛みの関連性について

筋や関節の使い方が痛みを誘発する

使い過ぎ

筋収縮と筋緊張が何度も起こり、輪ゴムを何度も引っ張ると切れる現象と同じことが起こる。人間の場合、切れる前に微細な筋損傷は起こっているので、炎症を起こし、それが痛みにつながる。

使わなさ過ぎ

筋肉の収縮があまり起こらず、血流が悪くなり関節等が硬くなる。近年のパソコン作業やスマホ首などはこちらに該当する可能性が高い。

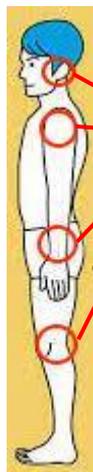
使い方が違う

人間の体は本来スポーツなど激しい運動をするためにできておらず、激しい動きをした際に筋肉や関節に大きく負担がかかる。柔軟性とも関連しており、柔軟性がないと激しい動きに耐えきれず、炎症を起こし、痛みを誘発する。

姿勢と痛みの関連性について

年齢とともに負担が大きくなり、痛みが出るメカニズムになっている

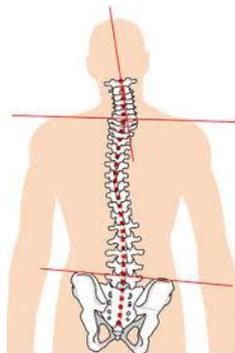
元々人間の身体は重い頭を上手く支える為に歪んでいるが、
体の使い方によっては年齢とともに歪みが強くなり、痛みが発生することがある



負荷がかかりやすく
痛みが出やすいポイント

- ・外耳孔(耳)
- ・肩峰(肩)
- ・大転子(腰)
- ・膝

姿勢の歪み



神経圧迫

コリ
筋緊張

重い
だるい
痺れ

感じない
感覚がない

痛み

違和感

麻痺

時間の経過

目次

1. スライドの目的
2. 導入者様のシセイカルテ活用時の課題
3. 姿勢と痛みの関連性について
4. **主訴の部位別でシセイカルテの分析結果の見るべき項目**

主訴の部位別でシセイカルテの分析結果の見るべき項目

痛みや違和感がある部位別にシセイカルテで見るべきポイント

分析結果の歪み項目が左右1マスズれるごとに負荷が強くなり、
症状が強くなったり、今後の怪我や病気の発症リスクに繋がる

痛みや違和感があった際にシセイカルテの分析結果画面で見たい部位

首

- 「頭の左右傾き」
- 「肩の高さずれ」
- 「猫背の度合い」
- 「頭の前後傾き」
- 「頭の前位置ずれ」

肩～背中

- 「肩の高さずれ」
- 「頭の左右傾き」
- 「猫背の度合い」
- 「上半身の前後の傾き」
- 「横からの両腕上げ」

腰

- 「腰の左右位置ずれ」
- 「O脚・X脚の度合い」
- 「腰の前後位置ずれ」
- 「膝の曲がり度合い」

主訴の部位別でシセイカルテの分析結果の見るべき項目

首の場合

①以下の歪み項目でズレのある項目に着目ください。

「頭の左右傾き」「肩の高さずれ」「猫背の度合い」
「頭の前後傾き」「頭の前後位置ずれ」



立位正面



立位左側面

| 項目 | 右 | ずれなし | 左 |
|-----------|---|------|---------|
| 全身の左右傾き | | | |
| 上半身の左右傾き | | | → 0.8度 |
| 下半身の左右傾き | | | |
| 頭の左右傾き | | | |
| 首の左右位置ずれ | | | |
| 肩の高さずれ | | | ↑ 1.7cm |
| 胸の左右位置ずれ | | | |
| 腰の左右傾き | | | ↑ 3.1度 |
| 腰の左右位置ずれ | | | |
| O脚・X脚の度合い | | | X脚 |

| 項目 | 前 | ずれなし | 後 |
|----------|---------|------|---------|
| 全身の前後傾き | | | → 0.7度 |
| 上半身の前後傾き | 0.9度 ← | | |
| 下半身の前後傾き | | | → 1度 |
| 頭の前後傾き | 12.5度 ← | | |
| 頭の前後位置ずれ | 1.6cm ← | | |
| 猫背の度合い | 猫背 ← | | |
| 骨盤の前後傾き | | | |
| 腰の前後位置ずれ | | | → 後 |
| 膝の曲がり度合い | | | 過伸展4.0度 |

②特にずれの大きい項目と紐づく筋肉の状態を確認し、張りがある場合は緩める施術をおこなってください。

※張りは筋肉が伸張している状態、緊張は筋肉が収縮している状態と定義

立位正面

「頭の左右傾き」が大きい場合

→ 頸部筋群、肩甲間部の張りや緊張を確認してみましょう。

「肩の高さずれ」が大きい場合

→ 頸部筋群、肩甲間部の張りや緊張を確認してみましょう。

立位左側面

「猫背の度合い」が大きい場合

→ 後頸部、肩甲間部の筋肉の張り、前胸部の筋肉の緊張を確認してみましょう。

「頭の前後傾き」が前にずれている場合

→ 後頸部の筋肉の張りを確認してみましょう。

「頭の前後位置ずれ」が大きい場合

→ 後頸部、肩甲間部の筋肉の張り、前胸部の筋肉の緊張を確認してみましょう。

現場での説明イメージ

可視化された結果を活用し、患者様から原因となる日常動作の特定を行う

痛みの原因となるポイントと部位

立位正面

「頭の左右傾き」

頸部筋群、肩甲間部の張り緊張

「肩の高さずれ」

頸部筋群、肩甲間部の張り緊張



立位左側面

「猫背の度合い」

後頸部、肩甲間部の筋肉の張り、前胸部の筋肉の緊張

「頭の前後傾き」

後頸部の筋肉の張り(※前にズレてる場合)

「頭の前後位置ずれ」

後頸部、肩甲間部の筋肉の張り、前胸部の筋肉の緊張

立位正面がズれていた場合の説明イメージ

立位正面を見た際に「頭の左右傾き」と「肩の高さずれ」が一番ズレが大きいですね。

首のあたりに付着してる肩甲挙筋(けんこうきょきん)や板状筋(ばんじょうきん)、肩甲骨の間についてる菱形筋(りょうけいきん)への負担が頭や肩の傾きの原因になり、首の痛みや違和感を引き起こしていると考えられます。

〇〇さんの首の痛みや違和感は、首や肩甲骨の間に付いている筋肉が原因なので、本日こちらを治療していきましょう。

主訴の部位別でシセイカルテの分析結果の見るべき項目

肩～背中の場合

シセイカルテの分析結果で確認すべき項目

「頭の左右傾き」「肩の高さずれ」「猫背の度合い」「上半身の前後の傾き」「横からの両腕上げ」



立位正面

項目

全身の左右傾き
 上半身の左右傾き
 下半身の左右傾き
 頭の左右傾き
 首の左右位置ずれ
 肩の高さずれ
 胸の左右位置ずれ
 腰の左右傾き
 腰の左右位置ずれ
 O脚・X脚の度合い



立位左側面

項目

全身の前後傾き
 上半身の前後傾き
 下半身の前後傾き
 頭の前傾き
 頭の前位置ずれ
 猫背の度合い
 骨盤の前傾き
 腰の前位置ずれ
 膝の曲がり度合い



横からの両腕上げ

左: 181度 右: 183.2度

肩関節外転時、
 疼痛や違和感が
 ないかの
 チェック

※張りは筋肉が伸張している状態、緊張は筋肉が収縮している状態と定義

立位正面

「頭の左右傾き」⇒ 頸部筋群、肩甲間部の張りと緊張

「肩の高さずれ」⇒ 頸部筋群、肩甲間部の張りと緊張

立位左側面

「猫背の度合い」⇒ 後頸部、肩甲間部の筋肉の張り、前胸部の筋肉の緊張

「上半身の前後の傾き」

前: 肩甲間部の筋肉の張り、前胸部の筋肉の緊張

後: 骨盤の後傾、下腿部後部の筋肉の張り、下腿部前部の筋肉の緊張

横からの両腕上げ

「肩関節外転」⇒ 頸部、背部筋群の張りと緊張

主訴の部位別でシセイカルテの分析結果の見るべき項目

腰の場合

シセイカルテの分析結果で確認すべき項目

「腰の左右位置ずれ」「O脚・X脚の度合い」「腰の前後位置ずれ」「膝の曲がり度合い」



立位正面

項目

全身の左右傾き
上半身の左右傾き
下半身の左右傾き
頭の左右傾き
首の左右位置ずれ
肩の高さずれ
胸の左右位置ずれ
腰の左右傾き
腰の左右位置ずれ
O脚・X脚の度合い



立位左側面

項目

全身の前後傾き
上半身の前後傾き
下半身の前後傾き
頭の前後傾き
頭の前傾位置ずれ
猫背の度合い
骨盤の前後傾き
腰の前傾位置ずれ
膝の曲がり度合い

※張りは筋肉が伸張している状態、緊張は筋肉が収縮している状態と定義

立位正面

「腰の左右位置ずれ」⇒ 頸部筋群、肩甲間部の張りと緊張

「O脚・X脚の度合い」

O脚：臀部、大腿部外部の筋肉の張り、大腿内部の筋力低下

X脚：大腿部内部の筋肉の張り臀部、大腿外部の筋力低下

立位左側面

「腰の前後位置ずれ」

前：大腿前部の筋肉の張り、背部・大腿後部の筋肉の緊張

後：背部・大腿後部の筋肉の張り、大腿前部の筋肉の緊張

「膝の曲がり度合い」

過伸展：背部・大腿下腿後部の筋肉の張り、大腿・下腿前部の筋肉の緊張

過屈曲：大腿・下腿前部の筋肉の張り、背部・大腿・下腿後部の筋肉の緊張



本資料ご活用に関する注意



本資料はシセイカルテの活用のサポートを目的としております。
医師による診断行為や、
医療従事者による医療的なアドバイスの代替ではありませんので、
参考事例としてご活用ください。

また、本資料をもとに施術した施術結果に対して、
弊社は一切の責任を負いかねますのであらかじめご了承ください。

Thank You !

シセイカルテに関するお問い合わせは
こちらへお願いします。

c_admin@sapeet.com