

2022年10月11日、1年目対象に物理療法の牽引療法（頸椎牽引と腰椎牽引）について勉強会を行いました。

牽引療法とは、理学療法の一つである物理療法に含まれ、目的は身体に対して「牽引力」をかけて関節の安静、疼痛の緩解などがあります。例えば、新型コロナウイルス感染拡大による活動量の減少や生活環境の変化により増えている筋筋膜性腰痛症の患者様に対して、牽引療法で腰背筋をストレッチングすることで疼痛を軽減します。

この勉強会では、牽引療法の基礎的な知識の復習と技術の確認を目的に行いました。今後は患者様に牽引療法を提供する際に必要な応用力を評価し、指導が必要であればOJTを行ってまいります。

今後も、リハビリテーション科は患者様に提供するリハビリテーションの質を向上するために様々な取り組みを行ってまいります。

(文責 藤原 聡)

【勉強会の資料（一部抜粋）】

| | |
|--|--|
| <p style="text-align: center;">牽引療法</p> <p style="text-align: center;">藤原 聡</p> | <p>コンテンツ</p> <ul style="list-style-type: none">◇牽引療法を学ぶ前に◇牽引療法の作用と効果◇頸椎牽引◇腰椎牽引◇牽引療法の適応と禁忌◇色々な牽引装置 |
| <p>牽引療法とは</p> <p>脊椎間の関節面を引き離し、関節周囲の軟部組織を機械的に伸張することである。</p> | <p>牽引療法の特徴</p> <ul style="list-style-type: none">■ 直達牽引療法(クラッチフィールド型、ハローベスト型)■ 介達牽引療法(頸椎・腰椎)■ 持続牽引■ 間欠牽引 |
| <p>治療方法</p> <ul style="list-style-type: none">■ 牽引力: 体重の7% (7~20kg)■ 牽引角度: 上位頸椎 (0~15°) 中位頸椎 (15~30°) 下位頸椎 (30~40°) 上位胸椎 (45~60°)■ 牽引時間: 15分以上■ 牽引肢位: 全身リラクゼーションし、体幹の安定性と固定性を 得られる肢位 | <p>治療方法</p> <ul style="list-style-type: none">■ 牽引力: 体重の1/3~1/2■ 牽引角度: 第3~4腰椎 (75~90°) 第4~5腰椎 (60~75°) 第5~1仙椎 (45~60°)■ 牽引時間: 15分以上(間欠牽引) 1時間以上(持続牽引)■ 牽引肢位: セミファーラー肢位、 トーマス肢位 |