2016.6.26　指圧勉強会

「うえの塾　勉強会ＤＶＤ　Ｎｏ.８」

ﾁｬﾌﾟﾀｰ1/6　【腰】

痛い場所は押さない。

皮膚に手のひらを置き、当てておく

神経の興奮がおさまってくる

炎症が取れてくる

手のひらに汗が出てべたべたしてくる

以下　仰向け

ﾁｬﾌﾟﾀｰ2/6　【膝】

　患者の力を抜かせるような体位をつくる

　膝を屈曲位

　遠隔の場所（足の裏）を刺激

　尾骨の股関節寄りを刺激しながら大腿動脈付近を刺激して大腿四頭筋を柔らかくする

坐骨結節から大腿後側を刺激

膝蓋骨を動かすために委中を何本もの指のひらで刺激

大たい骨周辺の筋肉を緩めるときに、起始停止を考える

大腿四頭筋（大腿直筋以外）の起始を押さえ、膝を動かす（Ｏ脚も治療できる）

ﾁｬﾌﾟﾀｰ3/6　【膝痛を頚頭で遠隔】

　頭の神経を抑制する

　ぼんのくぼ

　上項線

　大小後頭神経を刺激

　天柱に指を置き、頭を動かして、てこの原理

　炎症がとれると筋肉が柔らかくなる　そこから押圧できる

ﾁｬﾌﾟﾀ-4/6　【肩甲骨】

　肋間を寝かせた指の平で脊柱脇から下角方面に刺激

ﾁｬﾌﾟﾀｰ5/6　【膝痛を　肩甲下部　臀部　浪越圧点で遠隔】

　自分の重みで肩甲下部　臀部　浪越圧点　膝が痛くなくなる

　足の裏を刺激

伏臥

ﾁｬﾌﾟﾀｰ6/6　【伏臥】

　臀部のコリを感じる　浪越圧点

　腸骨稜上部を坐骨結節ささえながら刺激

　鼠径靭帯刺激（恥骨から上前腸骨棘へ）

　仙骨を調整してから脊柱を調整