

# 末梢関節収縮が肩関節可動域 に及ぼす影響

研究責任者：安藤正志（法政大学スポーツ健康学部）

# 研究の目的

藤田が紹介している末梢関節の抵抗運動により、中枢側に収縮が加わり、筋群の協調性が改善し、高齢者の運動機能を改善させることを報告した。

本研究の目的は肩関節可動域障害を有する被験者を対象に、末梢抵抗運動により肩関節の可動域が改善するのかを検証することである。

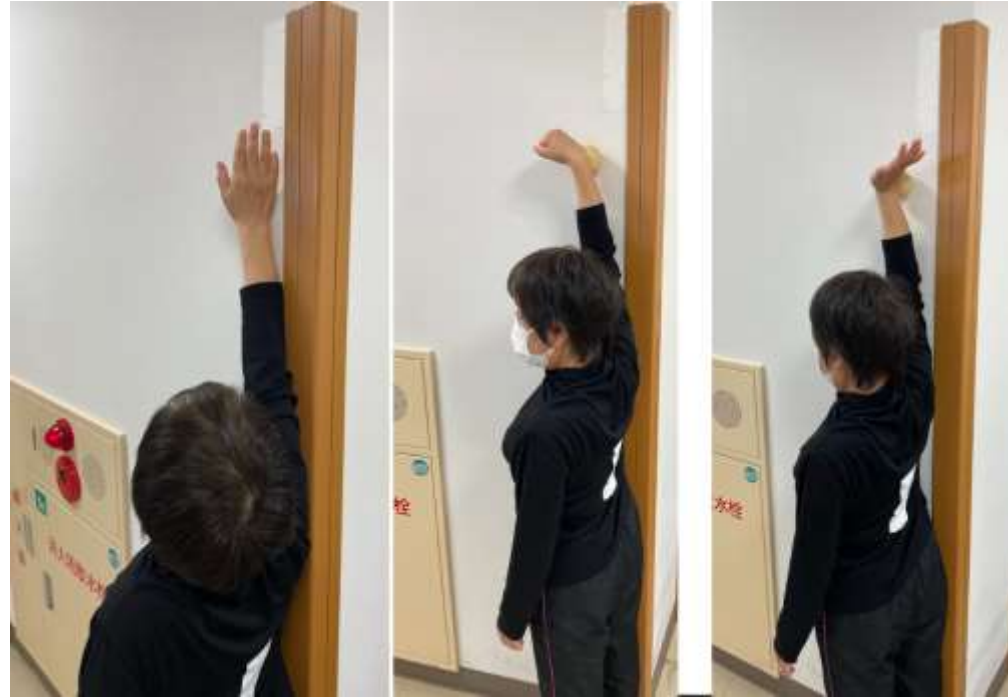
# 対象者

検査者：本研究に賛同するセラピスト数名。

被験者：肩関節可動域障害でリハビリテーションを実施しているもの50名。

# 方法1：屈曲

1. 通常のリハビリテーションを実施された後、可動域のベースラインを測定する。
2. ホワイトテープを壁に貼り付け、肩屈曲で到達した箇所に印を付ける。
3. 手関節尺側側に、軟性ボールを挟み、手・手指関節背屈・伸展と掌屈・屈曲の橈尺運動を10秒間×3セット行わせる。
4. なお疼痛の軽い場合には治療肢位、運動痛のある場合には疼痛誘発前肢位、強い痛みの場合には安静肢位で行う。



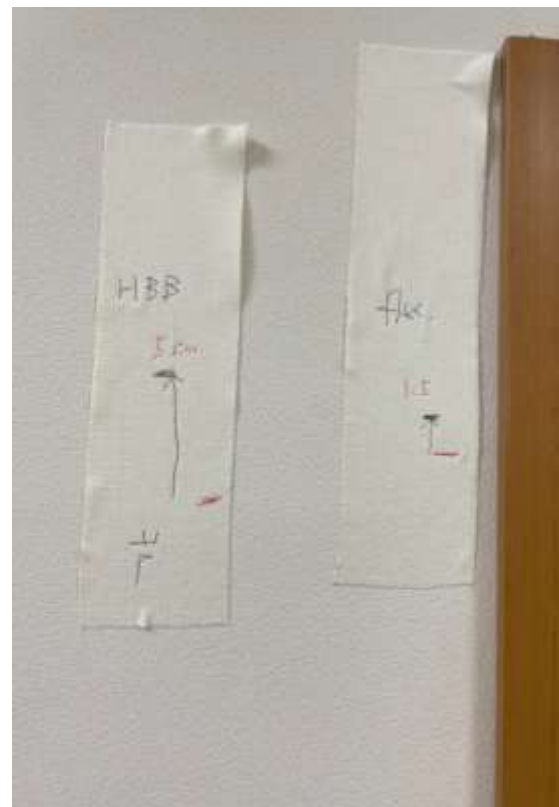
## 方法 2 : 結滞動作

1. 通常のリハビリテーションを実施された後、可動域のベースラインを測定する。
2. ホワイトテープを背中に貼り付け、結滞動作から対側の肩甲骨へ上げるように指示し到達した箇所に印を付ける。
3. 手関節撓側側に、軟性ボールを挟み、手・手指関節背屈・伸展と掌屈・屈曲の撓尺運動を10秒間×3セット行わせる。
4. なお疼痛の軽い場合には治療肢位、運動痛のある場合には疼痛誘発前肢位、強い痛みの場合には安静肢位で行う。



## 効果の判定

1. 介入運動直後に屈曲と結滞動作を再度行わせ、到達部位でホワイトテープ上に印を付ける。
2. テープをはがし平面な箇所で介入前後の距離を測定し、変化量とする。



## 研究参加の利点と欠点

測定者：10名以上の計測で共同著者とする。研究の方法、手順を学ぶことができる。実験参加で約10分間の時間を要する。

被験者：連動療法の体験ができる。更なる効果が期待できる。特に治療上リスクを伴うことはない。実験参加で約10分間の時間を要する。