

サンプルテキストページ1

～はじめに～

カイロプラクティックの関節アジャストの中で、非常に傷めやすい部分が頸椎です。構造的に頸椎は、重い頭を支えるのと同時に柔軟性も必要としている矛盾が存在します。なおかつ末梢からの神経は頸髄に集中していて、頸髄の問題で下半身の問題などが容易に起こってしまいます。

頸髄を守るために存在する頸椎は、神経的にも体に多大な影響力があると考えられ、アジャストによって全身を変化させることも容易であると考えられます。

このセミナーでは頸椎のアジャストに重要な関節ロックを中心に、「傷める頸椎のアジャストとは？」から始まり、その対処などについて深くお話していきたいと思います。

また頸椎を施術することにより全身が変化することや、アジャストに限らずに筋肉の施術などにも焦点をあて、頸椎アジャストを広い視点で、皆さんとともにみていけたらと思っています。

サンプルテキストページ 2

頸椎のアジャストに密接に関係する筋肉

頸椎は頭蓋という重い箇所を支えているのは、前述していますがその頸椎を支えているのはいうまでもなく頸椎に関連する筋肉です。この筋肉の中でも頸椎のアジャストの前に緩めておくべき重要なポイントがあります。それをまとめてみました。

・肩甲挙筋

肩甲骨上角からC1～C4の横突起の後結節につくこの筋肉は、頸椎を回旋させるために非常に重要でとくに上部頸椎を全体的に回旋させ、引っ張ることが多いです。

例えていうと、頸椎のスタティックパルペーションをするとC1、C2、C3の左の関節突起のすべてに固さを感じるなどの場合は、この肩甲挙筋の左側を刺激して、緩めることが大事です。

※サンプルムービーではここまでの説明です。
以下はサンプルにはないですがDVDに収録されているところです。

・板状筋

板状筋には頭部、頸部と付着する部分によって分けられていますが、とくに頸部板状筋は上部頸椎に影響する。この筋肉が収縮するとC1、C2周辺がかたくなる。

・T3周辺からの多裂筋と半棘筋

T3から上部胸椎周辺を起始する多裂筋、半棘筋は、付着が下部頸椎になるために下部頸椎をかたくさせやすい。

・頭蓋底に付着する筋肉

頭蓋底いわゆる頭蓋の後部につく筋肉群は緊張しやすく、この部分の筋肉を施術しないと頸椎の深部をしっかりとみていくことができないというほど重要です。

僧帽筋、頭板状筋が大きく付着する筋肉で、大後頭直筋、小後頭直筋などは小さく付着します。

・頸椎前部の筋肉

頸椎前部の筋肉には前、中の斜角筋、胸鎖乳突筋などが重要です。

前・中斜角筋は直接、頸椎の前結節に付着して、収縮すると頸椎アジャストの障害となります。

胸鎖乳突筋は頸椎に付着しませんが、収縮すると頸椎全体に影響を与えるために施術すると頸椎後部の筋肉の収縮がとれることがよくあります。

サンプルテキストページ3

< 後頭骨のアジャスト >

サンプルムービーの7分47秒から始まるシーンの後頭骨のアジャストの説明です。

セミナー受講者のひとりの方が「頸椎を一度みてほしい」ということで、チェックしたところ後頭骨の左後方（LP）と左上方（LS）というリスティングがみつかりました。

モーションパルペーションでチェックしたところ、スタティックで調べたとおりのリスティングになるためにセミナー中でしたがアジャストすることに……。

DVDでの中での後頭骨アジャストの詳細

- 後頭骨 : LP（左後方） LS（左上方）の変位
- コンタクト : 左側頭骨（乳様突起） / 施術者はナイフエッジコンタクト
- 間接手コンタクト : 乳様突起の下端 / 施術者は示指、中指の指腹
- セットアップ : 頸椎と同じセットアップ（テキスト参照）
 ※コンタクトは上方（頭方）から下方に向かって（上方側屈をとるために）
- アジャストの方向 : 左後方から前方に、左上方から下方に。
- イメージ : 頸椎1番は頭蓋を受け皿のように支えているために施術者が頭で描く
 アジャストイメージはその上端を滑るように半円を描いて動くイメージ。
 ※実際に力かけるのはアジャストの方向

上記のアジャストを行った結果、クラックホーンと動いた感触が左から伝わってきました。

モーションパルペーションでは回旋も側屈も改善はしていたものの、側屈は完全に回復するまでに至ってなかったので再度側屈のアジャストをすることを受講者の方に伝えました。

回旋は正常に戻っていたので、回旋の遊びをとりながら右側のクローズしている部分を広げるイメージで再度アジャストにいとみます。サンプルムービーではここまでですが、その後で側屈のアジャストが完全にきまり、モーションパルペーションでも側屈の検査で完全に動きが回復しました。