

イーファス骨格調整テープについて <第 1,2,3 テープ>

(3.0)

イーファスの骨格調整画面を活用したテーピング法をご紹介します

●対象筋表示画面のアスリートボタンによるテーピングとの違い

※筋肉施術のサポート → アスリートボタンによるテーピング

※骨格施術のサポート → 本テーピング（イーファス骨格調整テープ）

いずれも、全身調整を目的としたテーピングですが、基本的な使い方としては、施術後のフォローとしてご活用ください。

●本テーピングの目的と作用

メカノレセプターに、テーピングの作用を働きかけ、以下の効果を目的に施療します。

- ①施術効果の維持 ⇔ 再発の抑制
- ②施術効果の向上 ⇔ 骨格調整効果の持続
- ③自然治癒力の促進 ⇔ 身体重心の安定 = 過緊張の抑制 = 自律神経の調整

メカノレセプターは、筋、腱、関節包、関節靭帯などに存在する感覚受容器で、感覚を脳に伝える役割があります。特に関節に多いとされ、体のバランスを保持するためのセンサーの役割があります。

※ メカノレセプターからの異常感覚信号 → バランスを改善させるための過緊張

●本テーピングの考え方（理論）

(1) テーピングによる感覚調整により、脳からの筋肉への過緊張信号を抑制する

イーファスの骨格調整図に基づいて、テーピングを貼る

↓

メカノレセプターから感覚情報が脳に伝達（-）

↓

筋・筋膜の過緊張の抑制

※良い体の使い方の学習にもなる。（使いグセの改善）

(2) メカノレセプターの反応を利用して、骨格施術をフォローする

イーファスの骨格調整図に基づいて、テーピングを貼る

↓

貼付した関節への矯正効果は、**骨格の連動性により骨格施術効果を持続させる**

(3) メカノレセプターの反応を利用して、脳の反応をリセットする

イーファスの骨格調整図に基づいて、テーピングを貼る。

↓

メカノレセプターから感覚情報が脳に伝達（+）

↓

身体重心の安定性向上や過緊張抑制により、**脳の過剰反応をリセットする**

●施術後の改善された良いバランスを維持させるために …

【心と体の相関関係】

心 → 自信、安心、希望

体 → 脳機能のリセット

●テーピングの注意点

「テープだけで施術としてはならない」

テーピングにより、過剰な筋緊張を抑制し、症状が軽減しても、
本来の原因が残存している場合には、異なる違和感や症状が現われます。

↓

症状の原因である過緊張は、基本的には正常な体の防御反応として生じているからである。

↓

テーピング自体に、その時点の症状に対する骨格調整効果があるため、
違和感が現われる部位は、異なる部分に現われることが多い。

●実施するテープ

第1テープ：距腿関節

第2テープ：距腿関節

第3テープ：足関節

●施術のながれ

基本的には、すべての施術を終えて、体の最も良い状態で貼付する。

➔ 動作検査 → 目的設定 → 骨盤検査 → ※距骨 FA → テープ

※骨格調整画面を見て方向をチェックし、必要最低限の範囲で実施ください。

※骨盤検査が不明瞭な場合は距骨 FA を行う。

●テープの伸長度合と効果

テープの伸張力と効果は比例するが、強すぎる方向性は過緊張を誘発させる場合があります。日常動作に違和感がないように貼ってください。

なお、効果が少ない場合は、伸長度を高めて重ね貼りを行ってください。

●実施効果の確認

直後に少し歩いていただいて、違和感がないかチェックしてください。

※主訴もしくは動作検査で評価した動きにくさで効果を確認してください。

※効果は直後よりも時間が経過するほど得られます。

帰宅後にさらに楽になることが多い。

●貼る期間

- ・基本的に当日のみ。入浴時に剥がしていただく。糊の除去も丁寧に行う。
- ・症状の再発（再現）が強く予想される時は、2日分のテープを渡し、患者様自身で半日間実施していただく。 → AM 実施か PM 実施を指導する

●貼付前後の注意

- ・かぶれやすさに応じて、2種類のテープを使い分ける。
※皮膚のかぶれには細心の注意が必要です。かぶれやすい患者様には行わない。
なお、実施後少しでも痒みを感じたときは、直ちにテープを剥がし、糊を丁寧に除去されるように注意を促してください。
- ・効果は時間が経過するほど現れる。
- ・テープだけで施術は完了しないことを説明する。
実施によって症状が改善しても、施術の必要性は指導しておく。
決してテープだけで油断しないように注意する。
- ・帰宅後、アンバランスが残存しているほど、異なる部位に違和感が現われる場合があります。強く感じるときは直ぐに剥がしてもらおう。

●骨格調整図の見方（貼付方法）

【注意】伸長度を高めて貼る場合は、テープを長めにし、両端の伸長させない部分の幅を少し長めにする。

【第1テープ】

仰臥図 腸骨を前方から後方へ調整する側の足部へ貼る

※腸骨を前方から後方への調整がない場合は、仙骨を前方に調整する側でも良い

肢位：足部自然底屈位

貼り方：第5中足骨基底部の外側底面から、足部前面を通過して内果に向けて貼付する。

※テープの長さは成人男性で10～12 cm程度

※底面は5 mm程度、最低限にする。

【第2テープ】

座位図 腸骨を下方に調整する側の足部へ貼る

※腸骨下方調整がない場合、座骨を頭方へ調整する側の反対側も対象となる。
効果はやや小さくなります。

肢位：足部自然底屈位

貼り方：外果直下の外側底面から、外果をまたぐように貼付する。

※テープの長さは成人男性で6 cm程度

※底面は5 mm程度、最低限にする。

【第3テープ】

仰臥図 腸骨を後方から前方へ調整する側の足部へ貼る

肢位：足部自然底屈位

貼り方：踵骨底面から、足部後面を通過して下腿後面を上方に貼付する。

※テープの長さは成人男性で12～15 cm程度