

# 骨盤底機能不全に対する評価とアプローチ

骨盤底筋群は体幹の底部に位置しており、排泄のコントロールだけでなく、体幹の動的安定化に大きく関与しています。今回は骨盤底筋群の機能不全として臨床でも遭遇することの多い、頻尿・尿失禁・骨盤内臓器脱の等の骨盤底部の問題と恥骨痛、仙腸関節痛、尾骨痛をはじめとする骨盤輪不安定症による骨盤帯疼痛を取り上げ、骨盤底筋群の機能評価からアプローチ方法を具体的に紹介します。

1. 骨盤底筋群の機能解剖
2. 骨盤底筋群の運動学
3. 骨盤底筋群の機能不全とその原因
  - ① 分娩による影響
  - ② 姿勢制御による影響
4. コア機能評価：骨盤底筋群を中心に
  - ① 骨盤底筋群の触診評価
  - ② 超音波画像診断装置を用いた評価
  - ③ 腹圧上昇課題時における評価
5. 骨盤底筋群機能不全に対するアプローチの紹介
  - ① 股関節周囲筋のリリース
  - ② 骨盤底筋群のリリース：リバースケーゲルエクササイズ
  - ③ 骨盤底筋群エクササイズ：ケーゲルエクササイズ
  - ④ 腰椎-骨盤帯制御エクササイズ
  - ⑤ 日常生活動作指導
6. ケーススタディ



日時	2018年 8月26日（日） 受付 9:30 研修 10:00～16:00
会場	土屋不動産ビル 3階 ANNEX 多目的ホール 仙台市青葉区一番町3-5-1 仙台駅 徒歩10分
講師	フィジオセンター 田舎中 真由美 先生 (骨盤底筋、コアスタビリティの研究多数)
参加費	10,800円 (資料代金を含む)
申し込み資格	理学療法士・作業療法士などリハビリテーション関連職種
その他	実技、演習を行うので、運動しやすい服装を準備ください。 ヨガマット、または、バスタオルをご持参ください。
申し込み方法	スターティングアゲインのホームページから申し込みください。 スマートフォンのメールを登録アドレスに使用しないでください。
問い合わせ先	スターティングアゲイン starting.again.615@gmail.com