SCOLIOSIS PHYSICAL ASSESSMENT

Scoliosis Training

氏名：　　評価日：　　.　　.　　.　　担当者：

①困っていることは何ですか？	□腰痛　□肩こり　□審美　□バランス不良　□その他：	ご自分の脊柱のイメージ
②側弯症はいつ気付かれましたか？ 親族に側弯症の方はいますか？	□学校検診(小学生・中学生)　□職場の検診　□その他： □母　□父　□祖母　□祖父　□姉・妹　□兄・弟	
③今迄のケガや病気、また飲んでいるが薬あれば教えて下さい	・コルセット：有・無	
④どんなお仕事ですか？		（後）
⑤部活、スポーツ歴を教えて下さい	小学以前;　小学;　中学;　高校/大学;　現在;	
⑥どうなりたいですか？		

VITAL SIGN

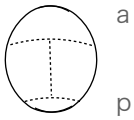
・血圧　；　・脈拍　；
・SpO2；　・呼吸数；

・VAS；　/100㎜「何ともない」　「耐えられない」

LIFE STYLE

・睡眠時間；　・不眠症；有・無
・歩く時間；　・鞄　；右・左
・休め姿勢；　・趣　味；
・休日の過ごし方；

SKULL



・斜頭：有・無
Grade
1・2・3・4・5・6

GAIT

・潰れ□あり(　　)　□なし
・足位 右toe-out・parallel・toe-in
　　左toe-out・parallel・toe-in

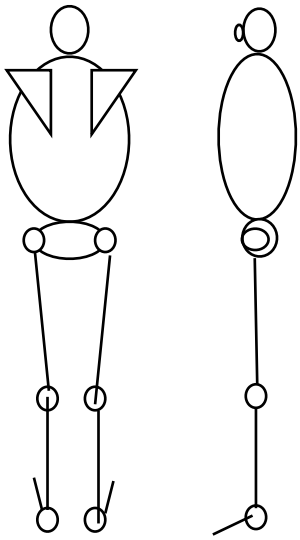
MUSCLE

・Tone
・Power
・Trigger

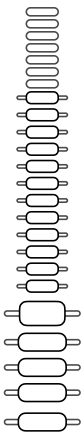
ROM・SPECIAL TEST

・Craig's test　；　Rt.　Lt.
・Allis's sign　；　＋ / ー　Rt.　Lt. ___㎜
・FABER test；　Rt.　Lt.
・Laxity；　＋ / ー
・胸椎回旋：　Rt.　Lt.
・Spine Joint Mobility：　＋ / ー

ALIGNMENT



Scoliosis deformation on X-p



咬合

Adam's test
hump
胸部 □右(　°) □左(　°)
腰部 □右(　°) □左(　°)

BREATH

Lower/Middle　Upper

・胸囲(剣状突起)：吸気　呼気
差　cm

OTHER TEST

□ クモ指: thumb sing
□ 足踏みテスト50回
□ 遮眼書字テスト

FREE

・Lenke：
・Apex：　・Cobb：
・Nash&Moe：Grade Ⅰ・Ⅱ・Ⅲ・Ⅳ

Problem	#1	#2	#3
Plan	#1	#2	#3

Scoliosis Training

運動課題	☐ 抗重力筋の促通：ヒラメ筋・腸腰筋・多裂筋・前鋸筋・大腿四頭筋・大殿筋・ハムストリング ☐ ニュートラルの獲得：頭位・脊柱・肩甲骨・股関節（骨盤）・膝・足部 ☐ 頭頸部：可動性サイドシフト・顎のリラックス・視線 ☐ 柔軟性の獲得：(右・左）頸・胸・腰椎・(右・左）股関節・(右・左）肩甲骨・(右・左）肩関節・(右・左）足関節 ☐ 歩容の改善：腕の振り・胸郭の揺らぎ（回旋）・アライメント・視線・前捻角と足位・ロッカーシステム その他（　　） ☐ バランス能力：（右・左）片脚立ち・（右・左）片脚爪先立ち・（右前・左前）ダブルスタンス ☐ 足部：前捻角との適合・足のアーチサポート・脚長差の是正 ☐ 筋力強化： ☐ ☐ ☐
エクササイズ plan	1： 2： 3： 4： 5： 6： 7： 8： 9： 10： 11： 12：
必要な施術	☐ 関節モビライゼーション（jointing・manual therapy）　☐ 神経モビライゼーション（flossing） ☐ 筋リラクゼーション（stretching・muscle reseting）　☐ 皮膚モビライゼーション ☐
リスク	☐ 脊柱管狭窄症：伸展運動の禁忌　☐ 高血圧：怒責に注意　☐ 緑内障、網膜症：血圧上昇に注意 ☐ 骨粗鬆症：転倒、骨折に注意　☐ 低血圧：立ち眩みに注意　☐ Laxity：過伸展、脱臼に注意 ☐ 動脈硬化：頸椎の伸展禁忌　☐ 糖尿病：低血糖発作に注意　☐ 術後：脱臼、創の離開、感染に注意 ☐ バランス機能低下：転倒に注意 ☐ ☐ ☐

【エクササイズ項目】

- Barbell バーベル
- Dumbbell ダンベル
- Hanging ぶら下がり
- Reformer リフォーマー
- Core Align コアライン
- FRP ファンクショナルローラーピラティス
- 電気刺激 TENS/EMS/MCR
- 振動刺激

Scoliosis Training

日付	変更内容

Scoliosis Training

【エクササイズ項目】

・Barbell バーベル
・Dumbbell ダンベル
・Hanging ぶら下がり
・Reformer リフォーマー
・Core Align コアライン
・FRP ファンクショナルローラーピラティス
・電気刺激 TENS/EMS/MCR
・振動刺激

日付	変更内容