

【2021 台灣醫學矯治核心課程】

(Medical Orthopractics and Realignment Strategies, MORS)

講題：神經敏感化與神經肌肉技法

(Neural Sensitization and Neuromuscular Techniques)

【課程說明】

傳統上，我們治療的思維是先清楚去感受或觀察到疾病病理或關節肌肉損傷處的樣貌，如組織質感的改變、整體或局部結構的不對稱、與活動度改變性，甚至能在 X 光、超音波、電腦斷層或核磁共振檢查呈現出來東西。但以上方法都無法呈現在關節肌肉損傷之外的功能障礙(Malfunctioning)，也就是一種組織持續收縮或牽拉的感覺，這是進行中的神經肌肉反射作用，是無法以任何實質損傷的方法加以呈現的。

「肌張力增加(hypertonicity)」和「侵害性疼痛傳入訊息(nociceptive input)」問題常常搞亂本體感覺機制與高端中樞神經之間的平衡關係，也影響到脊椎層級的神經迴路，增加神經敏感性，進一步交叉效應導致交感神經混亂、血管收縮、肌肉收縮干擾、疼痛增加及反射紊亂。

神經肌肉技術(Neuromuscular Techniques, NMTs)善用觸診技巧，以一種非侵入性的，找尋並定位組織異常張力觸痛點(Tender Point, TeP)。透過整合組織張力、硬化、纖維化、水腫、軟組織分離、結構改變、沾黏或疼痛等系統化的資訊，轉化為較無痛及舒適的治療介入，配合動態中立與姿位放鬆術(Dynamic Neutral and Spontaneous Release by Positioning)的觀念來重設張力，導引復原過程正常化。另外，肌筋膜激痛點(Trigger Point, TrP)治療可以介入肌肉之間的張力失衡治療，治療在過度收縮且繃緊的收縮性肌肉(overactive posture phasic muscle)上可以促進其放鬆與延展，治療在被抑制且過度拉長的穩定性肌肉(underactive stabilization tonic muscle)上則可以誘發其運動神經元的徵召，進而在功能訓練上優化動作控制，讓疼痛的處理更有學理的依據。

課程包括演講與實作，請參加學員穿著適當寬鬆衣物，以利相互間的手法練習。

【課程目標】

1. 辨識筋骨損傷或是神經肌肉反射所造成的僵緊與疼痛，並區分激痛點與觸痛點的不同。
2. 介紹各式神經肌肉技術與臨床應用的學理根據，透過神經肌肉技術來調節肌肉張力、降低神經敏感化現象。
3. 透過動態中立與姿位放鬆術，來體會甚麼是張力重設時所需要的拮抗平衡。

【主辦單位】中華健康生活運動保健協會

【承辦單位】舜復脊足健康醫學團隊

【課程表】

第一天 110 年 10 月 16 日(星期六)		
時 間	題 目	講 師
08:30~09:00	Registration	工作人員
09:00~09:50	本體感覺接受器與體系統功能障礙	宋宏謙 顧問/ 主治療師
09:50~10:40	皮膚的觸診及評估	宋宏謙 顧問/ 主治療師
10:40~11:00	Break	工作人員
11:00~11:50	軟組織結構變化的觸診與誘發區段 (facilitated segment)	宋宏謙 顧問/ 主治療師
11:50~12:40	神經肌肉技法的介紹與觸診	宋宏謙 顧問/ 主治療師
12:40~13:40	Lunch	工作人員
13:40~14:30	現代疼痛觀念與神經敏感化現象	宋宏謙 顧問/ 主治療師
14:30~15:20	激痛點與觸痛點的區辨	宋宏謙 顧問/ 主治療師
15:20~15:40	Break	工作人員
15:40~16:30	手法矯治的生理學原理(1)：疼痛傳入訊息與 肌肉張力的關聯性	宋宏謙 顧問/ 主治療師
16:30~17:20	手法矯治的生理學原理(2)：疼痛傳出訊息與 肌肉張力的關聯性	宋宏謙 顧問/ 主治療師

第二天 110 年 10 月 17 日(星期日)		
時 間	題 目	講 師
08:20~08:30	Registration	工作人員
08:30~09:20	手法矯治的生理學原理(3)：肌肉生理學 與神經支配模式	宋宏謙 顧問/ 主治療師
09:20~10:10	自發性姿位放鬆(Positional Release Technique)	宋宏謙 顧問/ 主治療師
10:10~10:30	Break	工作人員
10:30~11:20	神經肌肉技法臨床運用(1): 脊椎、肋廓	宋宏謙 顧問

		/主治療師
11:20~12:10	神經肌肉技法臨床運用(2)腹部、骨盆	宋宏謙 顧問 /主治療師
12:10~13:20	Lunch	工作人員
13:20~14:10	肌肉筋膜激痛點(myofascial trigger point therapy, MTP)及其反射現象	宋宏謙 顧問 /主治療師
14:10~15:00	肌筋膜疼痛症候群綜合實務	宋宏謙 顧問 /主治療師
15:00~15:20	Break	工作人員
15:20~16:10	功能性技巧及誘發性姿位放鬆(1): 脊椎	宋宏謙 顧問 /主治療師
16:10~17:00	功能性技巧及誘發性姿位放鬆(2): 腹部、骨盆	宋宏謙 顧問 /主治療師
17:00~17:20	Conclusion of course/Questions & answers	

【講師簡介】

宋宏謙 總顧問兼主治療師

學經歷：

國立臺灣大學醫學院物理治療學士

臺灣脊骨矯治醫學會脊骨矯治技術核心課程種子班結業

臺灣物理治療學會審定 主治療師

現任：

舜復脊足健康醫學團隊 發展總監

易康脊足體態物理治療所 顧問兼主治療師

臺灣物理治療學會 資訊委員會與臨床專科(肌骨專家認證小組)委員會

【學分認證】台灣物理治療學會專業積分申請中(臺物學審字第 號)

【上課日期】

110年10月16日(六) 08點30分至17點30分 (9:00上課)

110年10月17日(日) 08點30分至17點30分

【學員名額】

每堂課上限人數 22 名。

僅限中西醫骨(傷)科醫師、復健醫師、物理治療師等筋骨醫學醫事人員才能報名

【上課地點】

舜復脊足健康醫學專業產業培訓教室/易康脊足體態物理治療所
(台北市信義區和平東路三段 215 號 3 樓，電話:02-87321550，近捷運六張犁站)

【報名期程與費用】本課程委託「伊貝特報名網」提供報名與繳款流程。

1. 課程費用：原價 **7,800** 元/堂
2. 早鳥專案：110 年 9 月 26 日前，完成報名繳費者，享早鳥優惠 **6,980** 元/堂
3. 團報專案：110 年 10 月 3 日前，三人以上同行團報優惠，每人 **6,980** 元/堂
4. 模組報名：**110 年 6 月 29 日**前，單堂課換算 **6,800** 元/堂，共 20,400 元

即日起優先開放 B 模組三堂課合報；單堂則自 110 年 6 月 30 日才開放報名。

即日起於報名時限內，勾選 B 模組的所有課程，即可享有該模組課程最佳優惠。

※ 即日起開始開放網路報名至 **110 年 10 月 10 日**止，額滿即停止招生。

※ 舊生回訓優惠說明：

本課程每次提供數名上過同堂課的舊生半價(依原價)回訓機會。意者請 mail 至 sfhealth2012@gmail.com 洽詢。並請提供姓名、聯絡方式、上過/想回訓哪堂課等資訊，我們將盡速與您聯繫。

#備註：於課程報名若有任何問題，可於「舜復脊足健康醫學團隊」FB 臉書私訊或 mail 至 sfhealth2012@gmail.com 洽詢。

【報名方式】

1. 報名請至舜復官網(網址 <http://www.spinefoot.com.tw>)，**點選課程**報名連結「伊貝特報名網」提供線上報名與繳費流程。
2. 辦課單位保有取消或調整課程舉辦日期之權利。
3. 開課日期如遇颱風警報為停止上班之地區即取消該場課程，本會擇期舉辦或取消之訊息，請依網站公告為主。網站：<http://www.spinefoot.com.tw>
4. 繳費方式：依報名系統提供多樣付款方式，包含轉帳、超商繳費、刷卡等，學員可依需求選擇。報名後須於三天內完成繳費才算完成報名，否則系統將自動釋出名額。

繳費後完成報名才能正式錄取！！

【課後服務】

- ※ 技術影片限時上線提供複習，希望幫助您掌握所有技術細節。
- ※ 不定期辦理課後個案示教討論會，幫助完成全模組並複訓的學友提昇技術細膩度與臨床應用能力。
- ※ 邀入「矯治學討論區」FB 社團，隨時可提出臨床問題並讓老師與學長姐們給您回饋。

【其他說明】

1. 繳費後收據請於當天現場簽到處領取
 2. 如有任何問題，請來電詢問舜復辦公室 02-87321550。
(課程聯絡人 歐玉萱 0955280596/ 陳欣逸 0982641541)
 3. 學員完成報名繳費後因個人因素無法上課，依下列標準退費：
 - (a) 於上課日前 28 天以前提出退費申請者，扣除劃撥手續費(30 元)與郵局劃撥處理費用(20 元)後，退還已繳納學費之九成。【已繳納學費*0.9-50=退還金額】
 - (b) 於上課日前 14 至 28 天提出退費申請者，扣除劃撥手續費(30 元)與郵局劃撥處理費用(20 元)後，退還已繳納學費之七成。【已繳納學費*0.7-50=退還金額】
 - (b) 於上課日前 3 至 14 天提出退費申請者，扣除劃撥手續費(30 元)與郵局劃撥處理費用(20 元)後，退還已繳納學費之五成。【已繳納學費*0.5-50=退還金額】
 - (c) 於實際上課日前 3 日以內(含上課當天)，不接受退費(班)申請，僅能來年申請補課。
- ※上述所指上課日，若為報名模組課程者，則為該模組第一堂課的上課日。

【上課注意事項】

- (1)當天備有午餐茶點，請學員自行準備環保水杯。
- (2)如報名人數不足，本會保留取消課程之權利。上午課程及下午課程都分別進行簽到及簽退，需完成全日課程才提供積分登錄。為維護上課品質。上午或下午的第一節課遲到 15 分鐘以上，本會將不提供簽到，亦不提供繼續教育積分登錄。
- (3)上課禁止攝影，以維護講師的權益及避免影響其他的學員聽課。

【交通資訊】台北市信義區和平東路三段 215 號 3 樓。(近捷運文湖線六張犁站)

