

# 【2024 醫學矯治四肢足醫專科課程】

## 下肢足醫調整與功能性足墊輔具的應用

### 【課程說明】

在足醫的領域中，踝、足關節除了是生物力學的受害者外，也常常是其他關節的加害者，一旦沒搞清楚其中的因果關係，往往會讓治療事倍功半。由於足部承受了人體每個動作轉換時的壓力，一旦產生任何生物力學缺陷或是動作缺陷都非常容易被放大而發生下肢機械性傷害(Lower Limb Mechanical Injury)，但有些傷害的處理若只是單純的消極固定保護，不但可能剝奪了正常活動的機會，更有可能未來因為逐漸產生的功能性不穩定(functional instability)及代償動作(mal-adaptive compensatory movements)而傷害到其他關節。因此面對下肢生物力學相關傷害，必須對動作的下肢病理力學有深刻的了解，才能有系統性思維，見微知著地判斷出對患者最有利的處理方式。

本次的課程中，我們首先邀請到國內醫學矯治教學經驗極豐富的宋宏謙總顧問，介紹過度旋前(Overpronation)與旋前不足(Underpronation)，講述負重力線改變身體的排列，而影響足部活動度與穩定度的機能。並以"內側縱弓塌陷"與矢狀面限制(Sagittal Plane Restriction)功能障礙為例，即使未負重時足弓高度沒有問題，但負重或下蹲時引發的足底疼痛與活動度受限或肌肉失衡，並探討代表性的足部疼痛障礙(後足跟痛 Posterior Heel Pain)、足底筋膜病變(Plantar Fasciopathy)、拇趾外翻(Halluxis Valgus)的臨床手法治療與功能性訓練(Functional Training)策略，發揮減壓矯治與調整負重力線的療效。

另外我們特別邀請到兩位重磅專家，第一位是台北榮總復健醫學部李思慧醫師，為我們講授長短腳的標準診察與研究，與相關的治療。腿長的落差有時看似微小，但大腦長期為了平衡讓身體用其他部位代償，身體終將發生問題，包括氧氣利用率變差，走路跑步相對耗能，甚至骨盆會歪斜，這也是復健醫學與輔具門診的重點項目之一。

課程第二天下午重頭戲，由臺灣兒童與足部輔具資深專家物理治療師余亮老師介紹足踝部的鞋墊處方與臨床評估，並且帶領大家如何從選鞋配墊中找出造成傷害的危險因子並予以解除，理解功能性足墊處方系統，並且提出人體結構定位在足踝的考量的獨到見解。課程精實深入，相信在上完這堂課後大家能更有自信，膽大而心細地去幫助下肢生物力學代償的患者以及步態異常的族群。

課程包含演練與實作，請參加學員穿著適當寬鬆衣物，以利相互間的手法練習。並盡量穿著最常穿的包腳鞋或運動鞋前來，以利鞋具分析時練習。

**【課程目標】**

1. 了解下肢關節機械性傷害的動作模式與表徵及其背後意義
2. 了解選鞋配墊方式與下肢傷害之關聯與處理方式
3. 熟悉下肢足踝常見疼痛障礙之處置方式與策略
4. 熟悉功能性扁平足的處置方式與策略
5. 人體結構定位在足踝的考量
6. 可快速應用課程所學於臨床現場，創造足醫專科的專業價值

**【主辦單位】** 舜復脊足健康醫學團隊

**【講師簡介】(依出場順序)**

**宋宏謙 顧問/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  
臺灣物理治療學會 理事  
現任：舜復脊足健康醫學團隊 發展總監 / 總顧問  
易康脊足體態物理治療所 院長兼主治療師  
臺灣物理治療學會理事  
臨床專科（肌骨專家認證小組）委員會副主委  
繼續教育委員會 副主委

**李思慧 醫師**

學經歷：日本新潟醫療福祉大學 醫療福祉學研究所 博士（足部、  
醫療鞋墊、高跟鞋鞋墊、襪子、長短腳專攻。指導老師:阿部  
勳教授）  
私立中國醫藥大學 醫學士(中西醫雙修)  
國立台灣大學復健醫學系  
現任：臺北榮民總醫院復健醫學部主治醫師

**余亮 物理治療師**

學經歷：高雄醫學院復健醫學系物理治療組 學士  
國立陽明大學物理治療暨輔助科技學系 碩士  
尚佑物理治療所 院長兼主治療師  
尚佑復健科診所 老闆兼主治療師  
現任：尚佑醫療器材有限公司 執行長  
義守大學物理治療學系 兼任講師  
輔英科技大學物理治療學系 兼任講師  
樹人醫護管理專科學校物理治療科 兼任講師  
慈惠醫護管理專科學校物理治療科 兼任講師  
高雄市勞工局視障按摩舒壓課程 講師

**【課程表】**

< Day 1 >		
時 間	題 目	講 師
08:30~09:00	Registration	工作人員
09:00~09:50	The Clinical Biomechanics of The Ankle-Foot Complex 足踝部臨床生物力學	宋宏謙 顧問/ 主治療師
09:50~10:40	Physical Examinations of The Ankle- Foot Complex and Lower Extremities 足踝與下肢理學檢查	宋宏謙 顧問/ 主治療師
10:40~11:00	Break	工作人員
11:00~11:50	Understanding Underpronation and the Supinatory Foot 瞭解旋前不足或旋後足型	宋宏謙 顧問/ 主治療師
11:50~12:40	The Manual Interventions :Realignment and Unloading Techniques of The Leg Ankle-Foot Complex 手法治療:腿踝足縱向減壓與對位矯治	宋宏謙 顧問/ 主治療師
12:40~13:40	Lunch(on own)	工作人員
13:40~15:10	The Recognition of Pronated Foot and The Strategic Intervention for Foot Overpronation 低足弓內旋足的認知與過度旋前的策略介入	宋宏謙 顧問/ 主治療師
15:10~15:30	Break	
15:30~16:20	The Functional Training and Corrective Exercise of Foot Core System 足核心系統的功能性訓練與矯正	宋宏謙 顧問/ 主治療師
16:20~17:10	The Ankle Sprain Complication and Chronic Ankle Instability 足踝扭挫傷後遺症與慢性臨床不穩定	宋宏謙 顧問/ 主治療師
17:10~17:30	Conclusion of course / Questions & answers	宋宏謙 顧問/ 主治療師

< Day 2 >		
時 間	題 目	講 師
08:20~08:30	Registration	工作人員
08:30~09:20	The Strategic Intervention for Posterior Heel Pain and Plantar Fasciopathy 後足跟痛與蹠筋膜痛症的策略介入	宋宏謙 顧問/ 主治療師
09:20~10:10	The Strategic Intervention for Midfoot and Forefoot Pain 中足與前足痛的策略介入	宋宏謙 顧問/ 主治療師
10:10~10:30	Break	工作人員
10:30~11:20	The Manual Interventions: Cuboid, and First Ray/1st MTP Joint 手法治療：骰骨,與第一骨行列/第一蹠趾關節	宋宏謙 顧問/ 主治療師
11:20~12:10	Integrated Concept for Halluxis Valgus and Spray Foot Troubles 姆趾外翻與開張足的整合性觀點	宋宏謙 顧問/ 主治療師
12:10~13:20	Lunch(on own)	工作人員
13:20~14:10	<b>The Clinical Assessments of the Ankle -Foot Orthotic Prescription</b> 足踝部的鞋墊處方與臨床評估	余 亮 物理治療師
14:10~15:00	The Considerations of Pedorthic Dispensing 足部配墊選鞋的考量	余 亮 物理治療師
15:00~15:20	Break	工作人員
15:20~16:10	<b>The Ankle Foot Considerations of The Human Body Structure Alignment</b> 人體結構定位在足踝的考量	余 亮 物理治療師
16:10~17:40	<b>The Assessment and Related Interventions of Leg Length Discrepancy</b> 長短腳的評估與相關治療	李思慧 復健科醫師
17:00~17:20	Conclusion of course / Questions & answers	

**【上課日期】**

113年3月9日(星期六) 08點30分至17點30分 (正式課程內容9:00開始)

113年3月10日(星期日) 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)

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

**【課程費用】**本課程採轉帳匯款完成與 E-mail 報名表填送，兩步驟報名流程。

※ 課程優惠單堂為8,000元(113年3月4日截止報名或額滿為止);

四堂合報優惠價為31,200(112年11月27日前)(換算每堂7,800元)

即日起於報名時限內，勾選報名四肢足醫四堂課程，即可享有該課程最佳優惠。

※即日起本堂課開放報名至 113 年 03 月 04 日止，額滿即停止招生。

**【報名方式】**

1. 報名費採匯款或轉帳。
2. 匯款轉帳後，填寫報名表E-mail至sfhealth2012@gmail.com註明<四肢足醫專科課程報名信>報名表填送完成才能列錄取名單，報名表如簡章末頁格式
3. 辦課單位保有取消或調整課程舉辦日期之權利。
4. 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>

### 【其他說明】

1. 繳費收據課程當天現場於簽到處領取
  2. 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](mailto:sfhealth2012@gmail.com) 洽詢。亦可請來電詢問舜復辦公室 02-87321550 詢問。
  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 14 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 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。
- ※ 上述所指上課日，若為報名四堂合報課程者，則為第一堂課的上課日。**

### 【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。
- (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。

### 【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。

**【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)

## 報名表

匯款或轉帳	<p style="color: red;">華南銀行(008) 北土城分行</p> <p>戶名：舜復健康事業有限公司</p> <p>帳戶：198 10 000216 1</p> <p>回覆舜復 e-mail：sfhealth2012@gmail.com</p>		
選填 課程名稱	<input type="checkbox"/> 113/02/03(六)、04(日)四肢肘腕&膝部臨床策略方針與手法矯治 <input type="checkbox"/> 113/03/09(六)、10(日)下肢足醫調整與功能性足墊輔具的應用		
中文姓名		身份證字號 (學分認證用)	
醫事身分別	<input type="checkbox"/> 物理治療師 <input type="checkbox"/> 中醫師 <input type="checkbox"/> 西醫師		
服務單位		開始執業年份	
手 機		聯絡電話	
通訊地址	□□□-□□		
e-mail			
匯款金額	<input type="checkbox"/> 一堂 8,000 元 <input type="checkbox"/> 兩堂 16,000 元 ※註明末五碼：	收據抬頭 (必填)	<input type="checkbox"/> 個人抬頭 <input type="checkbox"/> 執業機構抬頭及編號： _____