

# 椎間盤盤源性問題的物理手法整療

Discogenic Disorders and Orthopedic Manual Physical Therapy | 關節矯治模組 | 宋宏謙

## 課程說明

脊椎的椎間盤通常被認為與頸肩腰腿痛有關，椎間盤內的種種變化都可能會導致疼痛的產生，而這些變化我們即以椎間盤盤源性問題(Discogenic Disorders) 或椎間盤退化性疾病(Disc Degeneration Disease) 一詞來概括。這些名詞只是用來簡單地描述脊椎隨著時間進行會發生的變化，以及這些變化是如何導致個案症狀的產生。儘管脊椎椎間盤真的會隨人的老化而產生退化，但這並不完全表示脊椎惡化到只能接受手術。

本課程綜合了英國骨科醫師 James H. Cyriax 的骨科醫學理論與 R. McKenzie 的力學診斷與治療的完整拼圖，與大家深入研討椎間盤病變的病理力學現象和理學評檢結果，加以鑑別診斷與界定治療進程發展。這套拼圖邏輯清楚、條理分明的臨床思維，深受眾多臨床治療師的推崇與熱愛，是醫學矯治對於椎間盤椎間盤盤源性問題(或稱紊亂症候群,Derangement Syndrome)減壓矯治的主要療術。

造成頸肩腰腿痛實際上的原因有很多，有時也無法確定到底是哪個原因造成症狀的產生。今日的醫療市場非常競爭，對病程特性的掌握與療效的呈現乃是臨床治療師的決勝點。由於宋宏謙顧問/主治醫師在物理手法整療的領域有相當程度的涉獵，特別邀請他將近年面對盤源性問題之臨床經驗與心得與各位分享，輔導學員如何有條理分類及運用 Cyriax Approaches 和 McKenzie Approaches 來治療椎間盤盤源性問題。藉此提升臨床決策智慧(Clinical Commentary)。

歡迎有興趣的中西醫師及物理治療師踴躍參加。課程兼備**臨床思路**與**實務操作**，請學員們穿著寬鬆衣物，以利相互間的手法練習。

## 課程目標

- ✓ 了解椎間盤盤源性問題或椎間盤退化性疾病的病理力學與臨床表徵、臨床模式辨認
- ✓ 透過學習 Cyriax 病理檢查學與 McKenzie 的力學診斷與治療的完整拼圖來綜合療效
- ✓ 了解 Cyriax 與 McKenzie 治療手法的擅場時機

## Timetable (Day1)

08:30~09:00	Registration 報到	工作人員
09:00~09:50	Pathomechanics of Lumbar Discogenic Disorders 腰椎間盤疾患的病理力學	宋宏謙
09:50~10:40	Differential Diagnosis of Lumbar Discogenic Disorders 腰椎間盤疾患的鑑別診斷	宋宏謙
10:40~11:00	Break 休息	工作人員
11:00~11:50	<b>Lab: Clinical Examination of Lumbar Spine</b> 實作：腰椎臨床檢查	宋宏謙
11:50~12:40	Clinical Pattern Recognition of Lumbopelvic Pain(1) 腰椎骨盆痛的臨床模式辨認(1)	宋宏謙
12:40~13:50	Lunch 午餐	工作人員
13:50~14:40	Clinical Pattern Recognition of Lumbopelvic Pain(2) 腰椎骨盆痛的臨床模式辨認(2)	宋宏謙
14:40~15:30	<b>Lab: The Treatment of Acute Lumbago</b> 實作：急性腰痛的治療	宋宏謙
15:30~15:50	Break 休息	工作人員
15:50~16:40	<b>Lab: Integrated Mechanical Therapy for Lumbar Spine (Mckenzie combined Cyriax Approaches)(1)</b> 實作：結合麥肯基氏和希瑞理氏的腰椎整合性力學療法(1)	宋宏謙
16:40~17:30	<b>Lab: Integrated Mechanical Therapy for Lumbar Spine (2)</b> 實作：結合麥肯基氏和希瑞理氏的腰椎整合性力學療法(2)	宋宏謙
17:30~17:40	Questions & answers 問與答	宋宏謙

## Timetable (Day2)

08:00~08:30	Registration 報到	工作人員
08:30~09:20	Pathomechanics of Cervico-thoracic Discogenic Disorders 頸胸椎間盤疾患的病理力學	宋宏謙
09:20~10:10	Differential Diagnosis of Cervico-thoracic Discogenic Disorders 頸胸椎間盤疾患的鑑別診斷	宋宏謙
10:10~10:30	Break 休息	工作人員
10:30~11:20	<b>Lab: Clinical Examination of Cervico-thoracic Spine</b> 實作：頸胸椎臨床檢查	宋宏謙
11:20~12:10	Clinical Pattern Recognition of Cervicoscapular Pain(1) 頸肩痛的臨床模式辨認(1)	宋宏謙
12:10~13:20	Lunch 午餐	工作人員
13:20~14:10	Clinical Pattern Recognition of Cervicoscapular Pain(2) 頸肩痛的臨床模式辨認(2)	宋宏謙
14:10~15:00	<b>Lab: The Treatment of Acute Neck Pain</b> 實作：急性頸痛的治療	宋宏謙
15:00~15:20	Break 休息	工作人員
15:20~16:10	<b>Lab: Integrated Mechanical Therapy for Cervico-thoracic Spine (Mckenzie combined Cyriax Approaches)(1)</b> 實作：結合麥肯基氏和希瑞理氏的頸胸椎整合性力學療法(1)	宋宏謙
16:10~17:00	<b>Lab: Integrated Mechanical Therapy for Cervico-thoracic Spine (2)</b> 實作：結合麥肯基氏和希瑞理氏的頸胸椎整合性力學療法(2)	宋宏謙
17:00~17:40	Conclusion of course / Questions & answers 課程結論/問與答	宋宏謙

## MORS 矯治學核心課程架構

關節矯治模組	軟組織矯治模組	運動矯治模組
A1 醫學矯治總論：減壓、調整與訓練	B1 體系統機能損傷的肌筋膜相連現象與治療	C1 動作系統的功能病理學：肌肉失衡理論與治療
A2 椎間盤盤源性問題的物理手法整療法	B2 神經敏感化與神經肌肉技法	C2 動作系統損傷之動作模式矯正與功能性訓練
A3 脊椎、骨盆和肋骨的矯治技術	B3 神經動力學與神經系統鬆動術	
A4 骨盆下肢生物力學與物理手法整療實務		

### 課程特色

自費治療所「**臨床決策**」與「**實務操作**」整理，實戰價值高！

**小班制**教學與輔導，多位**輔導**助教群與學長姐協助。

**手法操作影片線上複習**，完整掌握技術細節。

加入「**矯治學討論區**」社團，課後持續進步與學習。

不定期舉辦課後練功會或**技術輔導**課。

## 常見課程 Q&A 整理

**問：「MORS 矯治學」課程看起來很多元與複雜，到底在學什麼？**

答：「MORS 矯治學」是一套整理自臨床實務的策略課程，內容包含世界主流治療學派與理論，目的是要成為**幫助大家有能力面對並解決患者問題的治療包**。簡言之，面對患者的多變與複雜，我們幫大家整理出九大核心脈絡，幫助大家面對不同類型之患者能快速有相對應的對策，讓您的治療能有重點，並且解決患者的問題。

**問：這九堂課我要一次修完嗎？**

答：我們每年都會開同樣的課程，目的是讓大家完整學習九大核心課程後，幫助您面對自費患者有**七成以上的勝率**（經營自費患者的必要條件）。每堂課的學習我們都會幫您歸納該主題的臨床治療套餐，並幫助您有效分類患者，幫助您面對患者不再漫無頭緒都又不過度簡化患者問題。一般會建議您**兩年之內修習完畢**，並積極參與線上討論與課後練功會，才能幫助您真正完成掌握 MORS 矯治學內涵，讓您的臨床治療與學習越來越有趣。

**問：是不是有選擇課程的建議？**

答：我們最大的建議是一定要**完整上「模組課」**，核心課分為關節矯治、軟組織矯治、運動矯治三大模組，無論您從哪個課開始進入課程，我們都建議您完整修完該模組的全部課程，原因是因為這樣您才會對於該矯治模組有完整而立體的課程概念。您可以按照您個人的興趣與喜愛的技術屬性，選擇從關節、軟組織或運動矯治模組開始。

若您沒有特別的興趣傾向，那麼我們建議您從**「關節矯治模組」**開始，因為這個模組涵蓋 MORS 矯治學的中心思想，而且在我們作戰經驗裡，關節矯治課程內的手法內容是幫您快速解決患者問題並高度建立患者認同度的核心技術。

**問：在我目前的執業環境裡，並沒有自費治療的機會，我適合這樣的課程嗎？**

答：確實若您現在就有自費治療或者有機會完整看患者的時間，對於 MORS 矯治學所想傳達給您的策略與知識會更有感受。但在臺灣目前的健保治療環境

裡，這方面還需要更多的努力，老師在上課時會引導您怎麼在健保環境還能發揮學習內容，而我們多位助教也都同時跨足健保與自費的治療，建議您在課餘時多與我們討論與互動，讓我們有機會幫助您更深入臨床學習的脈絡與建立自費收案的信心。

#### 問：關於專科課程的選擇？

答：在核心課程裡，我們幫助您建立堅實穩固的臨床決策架構，讓您面對患者能有七成以上勝率。而專科課程則是舜復團隊幫大家精選特定主題的專家（例如：肩關節、髖關節、足部醫學、貼紮等），旨在幫助學員在矯治學架構下，能更深入與拓展該主題的臨床思考，並在治療方略上有更豐富的選擇。有學員曾經問我們不教什麼或什麼(某些很有話題性的課程或技術)？原因是若這類的課程不容易與矯治學策略組合應用，會容易干擾大家的學習，也因此我們在專科課程講師的邀約與議題的設定是審慎的，目的要幫助大家更好掌握架構。

#### 問：目前市面上課程的選擇那麼多，為什麼我要選擇矯治學課程呢？

答：物理治療學習在這幾年有賴大家共同努力，確實我們更容易接觸到更多深入而進階的課程，我們也鼓勵大家多方涉獵與學習。然而這樣的選擇環境也造成許多學習夥伴們的困擾，有許多組織學習能力沒那麼好的治療師夥伴們反而因此迷失於課程的追逐與學習，卻還是**無法建立起自己的臨床架構**。而「MORS 矯治學」就是想要幫助大家解決這樣的困擾，在九大核心課程裡，我們會跟大家介紹這個派別或技術發展的來源，它到底是想解決什麼樣的問題呢？最適合它的患者的臨床圖像長的像什麼呢？對於特定患者類型與特徵，我該如何配搭我的組合技？這都是臨床很實務、很現場的問題。「MORS 矯治學」並沒有包山包海，而是**告訴您在我們的自費實戰實務裡，哪些是您最需要、最應該準備好的治療內容（治療包）？**它不會是您肌骨學習的全部，但它是您進入肌骨進階治療學習裡很好的開始，因為您會有很紮實的學習脈絡，您不但會知道**怎麼做？怎麼用？**而且更會知道**為什麼？**許多學過矯治學的學員都會跟我們分享，上完老師的課之後.....

「原來患者是要這樣看的呀！」、「原來某某技術是要這樣用的阿！」、

「我終於知道之前上過某某課到底在講什麼了！」、「老師，我終於知道怎麼選擇其他課程了！」

這就是我們想帶給大家的，希望對肌骨治療與學習有興趣的同好們，可以跟我們一起成長。