

拮抗鬆弛術基礎課程

【主辦單位】新竹縣物理治療師公會

【課程時間】115 年 09 月 06日(星期日), 9:00-16:50

【課程地點】新達文西物理治療所

新竹縣竹東鎮竹中路19號

【課程簡介】

拮抗鬆弛術基礎課程(Basic Strain Counterstrain)是為推廣拮抗鬆弛術, 讓更多人感受90秒解除疼痛的震撼。

本課程精彩內容包括如何在90秒內治療梨狀肌、網球肘、板機指、肩旋轉肌群、髖關節受限等臨床常見疾病。

拮抗鬆弛術是在1955年由勞倫斯·瓊斯醫師(Dr. Lawrence Jones)所發明, 這是一項結合肌梭原理與筋膜技術所研發出來的「功能障礙治療技術」。過去在面對肌骨系統功能障礙時, 都會「直接」針對受損組織加以牽拉或鬆動, 過程中不僅容易受傷, 還會引發劇烈疼痛, 有時效果還不如預期。一般的關節鬆動術(Manipulation or Mobilization)、整脊(Thrust)或牽拉(Stretching)等手法, 都是治療人員以「對抗問題」的方式, 施力於患處或周邊組織; SCS則完全不同, 它是一種「間接技術」, 所用的力道非常的輕(甚至不用任何力量), 原則上只要將肌肉或關節擺到「最舒適的位置」即可解決疼痛、關節受限或循環不良等問題。從學理上來說, SCS是一種分析「異常神經肌肉反射源(功能障礙來源)」的治療系統。SCS以神經學模式為基礎, 尋找壓痛點(Tender points)與體功能障礙的關聯, 確定患處之後, 再針對不同部位或系統以擺位技術或筋膜技術排除功能障礙。由於不直接施力於受損組織, 因此SCS是一項非常輕柔、快速(90秒)且完全無痛的治療技術, SCS幾乎可以改善大部份人體系統的功能障礙。這是一項非常簡易的健康促進手法, 非常值得大家學習。

【授課講師】江智弘 物理治療師

現 職:

福彌物理治療所

學歷:

輔英科技大學

重要經歷:

新竹臺大分院生醫醫院(竹東院區) 復健科組長

新竹臺大分院生醫醫院(竹東院區) 物理治療師

教育部體育署國民體適能檢測員

教育部體育署國民體適能指導員

The Jones Institute 認證拮抗治療師

【課程時間表】

時間	內容	講師
08:40-09:00	上午報到(課程簽到)	
09:00 -10:30	肌梭理論、整體功能障礙成因、SCS操作原理	江智弘 物理治療師
10:30-10:50	休息	
10:50-12:00	肘關節症候群(網球肘、高爾夫球肘、板機指、媽媽手)	江智弘 物理治療師
12:00-13:30	午餐	
13:30-13:40	下午簽到	
13:40-15:00	肩關節症候群(大圓肌、小圓肌、二頭肌長頭/短頭、肩胛上肌、鎖骨下肌、胸小肌)	江智弘 物理治療師
15:00-15:20	休息	
15:20-16:40	下背痛症候群(梨狀肌、腰大肌)	江智弘 物理治療師
16:40~	提問與討論、應用解說	江智弘 物理治療師
	下課簽退(下午簽退)	

【學分認證】繼續教育學分 申請中

【招生名額】20人

【報名日期】115年7月31日晚上11點起至115年8月22日止。

【報名費用】新竹縣物理治療師公會會員(優先) 1000元

其他物理治療師(生)公會會員 4200元

非物理治療師(生) 5000 元

匯款帳號:50085954;戶名:新竹縣物理治療師公會

1. 請先至**beclass**表單報名，於**5**個工作天內完成**郵政劃撥**，並用**google**表單(網址：<https://reurl.cc/147G5m>)回傳劃撥收據，待收到確認繳費回信後才完成報名。
2. 報名截止/滿額時，若無法在期限內完成郵政劃撥，視同未報名成功，在開課前一週開放候補。
3. 身分證字號為自由選填，為登錄學分申請用，如有疑慮者課程當日簽到時自行填寫，字跡務必填寫工整可辨認，若因個人填寫錯誤以致學分無法申請者，敬請見諒。

1. 課程需實地操作與動作擺位，盡量避免襯衫、牛仔褲、裙子或洋裝等不易伸展的服裝，這樣會更有利於評估與身體擺放。
2. 上課課程嚴禁錄音、錄影、拍照。
3. 課程備有課後點心，但不提供紙杯，請自行準備茶杯。
4. 如報名人數超過20人，會以新竹縣公會會員為優先錄取。
5. 學員在上課前一週臨時告知無法出席者，上課費用將不接受退費，敬請見諒。
※退費款項將扣除手續費返還，需退費者請於課前一週以上電洽公會提出申請。
6. 學分簽到表請按時簽到，超過時間不給予補簽或未簽到者，學分不給予，請參與上課者多加留意自己是有無簽到。
7. 若有相關問題請加Line ID: @608jxguw找總幹事。

新達文西物理治療所：[新竹縣竹東鎮竹中路19號](#)

