

アナトミー・トレイン [Web 動画付] 第4版 徒手運動療法のための筋膜経線

トーマス・W・マイヤース(Thomas W. Myers)・原著
板場英行, 石井慎一郎・訳

評者 園部俊晴(コンディショニング・ラボ所長)

A4判・404頁
2022年8月
定価: 7,480円
(本体6,800円+税)
ISBN978-4-260-04924-5
医学書院 刊



近年、「筋膜(myofascia)」や「膜(fascia)」という用語は、医療だけでなく、一般にも認知され、コンビニに並ぶ雑誌にすら「筋膜」という言葉を目にするようになりました。そして、これまでわからなかった筋膜や膜に由来する病態が徐々に明らかになり、整形外科医を含め、運動器にかかわる医療者が、筋膜や膜の臨床的意義を認識するようになってきました。本書『アナトミー・トレイン』は、その先駆的存在であったと、多くの医療者が認めるところです。

臨床の世界は、どれだけ経験を重ねても、学ばずには学ばず奥が深く、発見の連続であるといえます。筋膜や膜が関与する病態については、最近になってわかってきたことが多く、その顕著な例といえるでしょう。これまで、腰部の障害や病態の原因と思われていた下肢の痺れや痛みも、筋膜へのアプローチによって改善することを、臨床では多く経験します。つまり、実は筋膜の病態であったと確認できることが多くあるのです。その他、筋や腱、靱帯、滑膜、脂肪体が原因と思われた病態が、実は筋膜や膜の病態であることも珍しくありません。こうした発見は、本書に書かれている身体の膜の構造と機能を理解することでひもとけることでしょう。

本書の原著者であるトーマス・W・マイヤース氏は、運動器を連続体としてとらえ、筋膜や膜が姿勢制御や運動連鎖に深く関連していると考えています。これまでの運動器治療は、局所に着目しすぎてきたと私は感じています。だからこそ、この考えにはとても共感できますし、多くの医療者に「身体が連続体である」という考え方を知ってほしいと思っています。今回の第4版で追記された「ピラティス的な考え方」や「ボディリーディング®」の概念も、こうしたトーマス・W・マイヤース氏の考えを理解するのに役立つため、ぜひ一読してほしい項目です。

今後、筋膜や膜に関する病態、ネットワークシステム、運動の連鎖、さらには皮神経の機能解剖との関連性など、さまざまなことが解明されていくことは疑いありません。そして、それに基づいた運動器治療の変革があるはずです。

私たちが臨床と真摯に向き合い、素直な気持ちで、筋膜や膜の視点も含め、運動器疾患の治療に取り組んでいくことが大切であると、この一冊が気付かせてくれるはずです。

最後に、訳者の板場英行先生と石井慎一郎先生の強い思いとご尽力により、本書がわが国に広まったことに感謝します。