

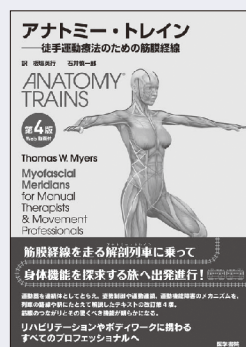
書評

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)

A4判・404頁

定価：7,480円 (本体6,800円+税10%)

医学書院刊, 2022年



乗車した読者の治療概念を 進化させる一冊

[評者] 成田崇矢

桐蔭横浜大スポーツ健康政策学部

本書の初版は、2001年に発行された。この「アナトミー・トレイン：筋膜経線」というものに触れ、今まで、筋、骨、関節と別々にとられていた治療概念に「つながり」を意識した人も多かったと思われる。今回の第4版でも、多くの最新情報が掲載されている。「筋膜 (fascia)」という用語は、日本において急激に広まっているものの、未知の部分も多い。本書は、まさに電車のように、とどまることなく最新の情報を取り入れて進化している。

特筆すべき点は、著者トーマス・W・マイヤース氏は、間違いなく臨床家であるという点である。それは、「治療の核心は手技の応用にとどまらず、聴く、見る、感じる、そして理解する能力にある。少なくともこれが本書の根幹である」と言い切っている点と、ある一定のルールに従えば「読者が本書に記載していない列車を加えることができる」と著者の考えがすべてではなく、読者自身が創意工夫により新たな発見をしてもよいと自由

度を与えている点からもうかがえる。まさに本書の根幹は臨床にあり、単なる解剖書とは異なり、本書にあふれる概念を理解すれば、間違いなく臨床の一助になるというのが、読後に抱いた第一印象である。

本書は11章で構成され、第1章「ルールを敷く」では、アナトミー・トレインの考え方が、エビデンスも含めて理論的に紹介されている。特にこの概念が生まれた歴史も丁寧に書かれており、先人たちに多くの敬意が込められており、好感を覚える。各論に当たる第2～9章では、アナトミー・トレインのルールと、各アナトミー・トレインの詳細が解剖にそって解説されている。この筋膜連結こそが、本概念の特徴であるが、正直、一度読んだだけで理解するのは難しい。しかし、本書では、動画での解説もされており、映像で3次元的に捉えることが可能であるため、かなり理解が進む。何度も繰り返し見ることのできるため、繰り返し視聴することをお勧めする。

第10章「アナトミー・トレイン・イン・ムーブメント」、第11章「ボディーリーディング®」では、アナトミー・トレインの概念を応用した治療法が解説されており、第2～9章で得た筋膜のつながりの臨床応用がわかる。この章で述べられていることを各読者の臨床に応用することで、読者の臨床力が飛躍的に向上するヒントが数多く掲載されている。ぜひ参考にしてほしい。

85ページにわたる付録1「膜読本」は、「膜 (fascia)」に対する最新の情報が、エビデンスも含めて重厚にまとめられている。筋は骨の近位端と遠位端のみに付着するという観念的概念を変え、正しく一般化したいという著者の想いが表れたパートだと思われる。すべての「筋膜 (fascia)」にかかわる治療者に一読していただきたい。

本書は、これまでのアナトミー・トレインを超える、より進化したアナトミー・トレインであり、乗車した読者の治療概念を進化させる一冊である。