

## 【根拠に基づいた腱引き療法】

筋整流法は、「古来より多くの腱引き師が伝承してきた技を一つにまとめ、解剖学的な筋肉構造の理解と痛みの現象の解明」を行ってきました。筋整流法の施術は、人体の構造と運動制御、精神的な構造の理解を突き詰めて確立できました。そして、この研究は多くの腱引き師によって現在も続いています。

2010年2月より、セミナー・施術会の28会場1030名より5074部位についての施術評価をいただきました。その結果、痛み及び痺れの軽減を表す善率は全体で93.6%あった。痛み及び痺れがなくなったと評価を受けた完治的改善率は、全体で70.5%でありました。痛み評価に関する差が出た場合を改善と表現していますが、その差によって「改善」について以下のような表現としました。

### 改善の表現

施術前/施術後	5.非常に強い	4.強い	3.中程度	2.軽度	1.なし
5.非常に強い	変化なし	軽微な改善	中程度の改善	急激な改善	劇的な改善
4.強い	悪化弱	変化なし	軽微な改善	中程度の改善	急激な改善
3.中程度	悪化中	悪化弱	変化なし	軽微な改善	中程度の改善
2.軽度	悪化強	悪化中	悪化弱	変化なし	軽微な改善

これらの客観的な統計調査により、腱引き療法が効果的な部位と苦手としている部位が明らかになりました。

### 施術前の痛み：「5.非常に強い」痛みを訴えている方々の評価

施術後の痛みの評価 5.非常に強い 4.強い 3.中程度 2.軽度 1.なし

部 位	人数	変化なし	軽微な改善	中程度の改善	急激な改善	劇的な改善
頭	12名	0.0%	0.0%	8.3%	16.7%	75.0%
首	23名	0.0%	4.3%	17.4%	39.1%	39.1%
肩	36名	0.0%	2.8%	16.7%	38.9%	41.7%
腕	8名	0.0%	12.5%	25.0%	12.5%	50.0%
ひじ	5名	0.0%	20.0%	20.0%	20.0%	40.0%
手首	10名	0.0%	20.0%	20.0%	20.0%	40.0%
背中	15名	0.0%	0.0%	13.3%	20.0%	66.7%
腰	39名	0.0%	7.7%	38.5%	33.3%	20.5%
臀部	13名	0.0%	0.0%	38.5%	23.1%	38.5%
大腿部	12名	0.0%	8.3%	16.7%	41.7%	33.3%
ひざ	22名	4.5%	4.5%	18.2%	50.0%	22.7%
足首	8名	12.5%	0.0%	25.0%	25.0%	37.5%
足裏	7名	0.0%	0.0%	28.6%	14.3%	57.1%

非常に激しい痛みを訴えている方々の評価の中で頭痛に関しては、劇的な改善に伴う完治率が高く、次いで背中痛となっている。

### 施術前の痛み：「4. 強い」痛みを訴えている方々の評価

施術後の痛みの評価 5. 非常に強い 4. 強い 3. 中程度 2. 軽度 1. なし

部 位	人数	5. 悪化-弱	4. 変化なし	3. 軽微な改善	2. 中程度の改善	1. 急激な改善
頭	34名	0.0%	2.9%	0.0%	23.5%	73.5%
首	105名	0.0%	0.0%	12.4%	43.8%	43.8%
肩	164名	0.0%	0.0%	10.4%	47.6%	42.1%
腕	36名	0.0%	2.8%	5.6%	52.8%	38.9%
ひじ	17名	0.0%	0.0%	5.9%	41.2%	52.9%
手首	35名	0.0%	2.9%	8.6%	40.0%	48.6%
背中	80名	0.0%	1.3%	8.8%	40.0%	50.0%
腰	165名	0.0%	1.2%	8.5%	47.9%	42.4%
臀部	58名	0.0%	1.7%	8.6%	39.7%	50.0%
大腿部	37名	0.0%	0.0%	8.1%	51.4%	40.5%
ひざ	62名	0.0%	1.6%	11.3%	38.7%	48.4%
足首	33名	0.0%	3.0%	15.2%	24.2%	57.6%
足裏	23名	0.0%	4.3%	4.3%	34.8%	56.5%

### 施術前の痛み：「3. 中程度」の痛みを訴えている方々の評価

施術後の痛みの評価 5. 非常に強い 4. 強い 3. 中程度 2. 軽度 1. なし

部 位	人数	5. 悪化-中	4. 悪化-弱	3. 変化なし	2. 軽微な改善	1. 中程度の改善
頭	77名	0.0%	0.0%	1.3%	22.1%	76.6%
首	228名	0.0%	0.0%	1.3%	36.4%	62.3%
肩	266名	0.0%	0.0%	1.5%	32.7%	65.8%
腕	92名	0.0%	0.0%	3.3%	31.5%	65.2%
ひじ	56名	0.0%	0.0%	1.8%	39.3%	58.9%
手首	71名	0.0%	0.0%	4.2%	29.6%	66.2%
背中	180名	0.0%	0.0%	2.2%	34.4%	63.3%
腰	287名	0.0%	0.0%	1.7%	36.2%	62.0%
臀部	117名	0.0%	0.0%	2.6%	35.0%	62.4%
大腿部	91名	0.0%	0.0%	1.1%	37.4%	61.5%
ひざ	136名	0.0%	0.0%	0.7%	39.0%	60.3%
足首	81名	0.0%	0.0%	4.9%	38.3%	56.8%
足裏	59名	0.0%	0.0%	6.8%	32.2%	61.0%

## 施術前の痛み：「2. 軽度」の痛みを訴えている方々の評価

施術後の痛みの評価 5. 非常に強い 4. 強い 3. 中程度 2. 軽度 1. なし

	人数	5. 悪化-強	4. 悪化-中	3. 悪化-弱	2. 変化なし	1 軽微な改善
頭	193名	0.0%	0.0%	0.0%	5.7%	94.3%
首	278名	0.0%	0.0%	0.0%	14.7%	85.3%
肩	231名	0.0%	0.0%	0.0%	11.3%	88.7%
腕	143名	0.0%	0.0%	0.0%	9.1%	90.9%
ひじ	102名	0.0%	0.0%	0.0%	13.7%	86.3%
手首	119名	0.0%	0.0%	0.0%	16.0%	84.0%
背中	212名	0.0%	0.0%	0.5%	10.8%	88.7%
腰	278名	0.0%	0.0%	0.0%	8.6%	91.4%
臀部	129名	0.0%	0.0%	0.0%	10.9%	89.1%
大腿部	112名	0.0%	0.0%	0.0%	13.4%	86.6%
ひざ	204名	0.0%	0.0%	0.0%	12.7%	87.3%
足首	145名	0.0%	0.0%	0.0%	17.2%	82.8%
足裏	128名	0.0%	0.0%	0.0%	18.8%	81.3%

各レベルの痛みに対して「施術による悪化」の報告はなく、すべて変化なしか改善となっていました。全体の改善率を押し下げている原因は、軽度の痛みを訴えている方々の評価である「変化なし」が全体の5.5%を占めています。軽度の痛みは特徴がつかみにくく、個体差があり、改善が如何に難しいかを物語っています。しかし、この軽い痛みレベルを除外すると完治率は56.4%と下がりますが、改善率は飛躍的に上昇して98.3%となります。

	対象数	完治的改善	改善	合計
激しい痛み	210名	82名	126名	208名
強い痛み	849名	396名	443名	839名
中程度の痛み	1741名	1101名	603名	1704名
合計	2800名	1579名	1172名	2751名
		56.4%	41.9%	98.3%

※施術後「1. なし」となった場合は〇〇改善に伴う完治的改善としました。

この数字から筋整流法による施術は確実に改善方向性を示していると言えます。

## 【エビデンスの重視】

なぜこのようにエビデンスを重要視するか。腱引き療法は、インターネットが発展する近年までは誰もが広く情報に触れることは難しく、経験値を共有する手段は主に師弟関係による口伝に限られ、文書化がされてきませんでした。筋整流法になり施術の品質が安定して書籍・論文・DVD等の発表が行われるなど実績を上げてきました。それに伴い教育メソッドも確立し、育成体制がとられ安定した施術法として確立されました。筋整流法の確立した施術法の根拠は「正しい方法論に基づいた観察や実験を求めるべきである」という主張によって行われからです。

文献への初出は2010年。根拠に基づいた理論的な施術として、「腱引き療法入門」、DVD「腱引き療法」・「さらに使える腱引き療法」、2013年「腱引き療法で痛みが消えた」が出版されました。

通常行われている施術を科学的な視点で再評価（「批判的吟味」と呼ばれる）した上で、我々の施術は、お客様の問題を解決する手法と位置づけ、外部のエビデンス（＝科学的根拠）と合わせて目の前のお客様に適用していきます。