手技療法とは

基本的に手のみを使うことを原則とし、体に有益な反応を起こす方法。その発展の中で補助器具、サプリメント等を使うものもある。

手技療法名		法制化		資格		保険適応	学会	公的教育機関		図書館蔵書数		論文数			特徴					
日本語表記	英語表記	国内	海外	国内	海外			国内	海外	国立国会図書館	アメリカ議会図書館	PubMed	医中誌	google scholar	辞典から	インターネット辞典から	ウィキペディアから	各団体から見た	手技	目的	その他	WHO出版ガイドライン
あん摩	Anma	あん摩マッサージ指圧師、はり師、きゅう師等に関する法律	日本の按摩と中国の按摩は異なるため海外での日本の按摩の資格はない。	あん摩マッサージ指圧師免許もしくは柔師免許がなければ按摩を業として行う事が出来ない。	分部としてマッサージの一種として登録される国がある。	医師の同意書により健康保険の療養費も適応	あん摩施設の学会はないが、あん摩マッサージ指圧師の学会はある。	◎	✖	407	9	31	242	328	中国で発達したマッサージ法。筋肉の緊張を解きほぐし、こりや痛みを和らげたり、血液やリンパ液の流れをよくして、全身の機能を整える効果がある。	按は押圧、揉はなでや叩撃等であるから、軟部をさぐしものて、皮代に免じた整骨術よりはマッサージに近かった。	なでる、押す、揉む、叩くなどの手技を用い、生体の持つ恒常性維持機能を反応させて健康を増進させる手技療法	健康に直接的と的に効率的で、全身的に作用系を介して、内臓などに刺激を与える。	血液やリンパ液の流れをよくして、全身の機能を整える	筋肉の緊張を解きほぐして、こりや痛みを和らげ、血液やリンパ液の流れをよくして、全身の機能を整える	資格が最大マッサージ指圧師のため、個々のやり方のみで行っている店舗はほとんどない。	✖
マッサージ	massage	あん摩マッサージ指圧師、はり師、きゅう師等に関する法律	公的資格が必要な国もある。	マッサージを業とできる者は、医師以外で「あん摩マッサージ指圧師」の有資格者のみ	マッサージ師としての資格が必要な国もあるが、日本でいうエステマッサージとは大別されていることが多い。	医師の同意書により健康保険の療養費も適応	マッサージ独自の学会はないが、あん摩マッサージ指圧師の学会はある。	◎	◎	3092	1428	12284	395	9860	皮膚のよから筋者が手で皮下組織や筋肉、腱に力学的・機械的刺激を加えることと。	おもに手で直接体表面から一定の方式と方法により力学的刺激を加え、機械的ちいは反射的に生体反応を引こし、身体の変調を整えて疾病を治療したり健康を増進させる施術	皮膚に求心的に施術することにより主に神経系血液循環の改善やリンパ循環の改善を目的にした手技療法	体のやにに向かって求心性の刺激をもえ、角応刺激により、自律的にリンパ管や血管などの循環器系に、間接的には神経系を介して、内臓などに刺激をかる。	血行改善、筋疲労回復、疲痛や感覚の改善など	○○マッサージなどの表記でも施術者は国資資格がない場合は違法となる。	✖
指圧	acupressure	あん摩マッサージ指圧師、はり師、きゅう師等に関する法律	指圧独自の資格は存在していない。	あん摩マッサージ指圧師免許もしくは柔師免許がなければ指圧業としては行う事は出来ない	分部としてマッサージの一種として登録される国がある。	医師の同意書により健康保険の療養費も適応	◎	◎	◎	1438	37	880	22	3420	指圧による機械的エネルギーを利用した治療手技で、マッサージに属する。経絡の考えに基づき、自律神経を介して、筋の緊張を軽減、末梢血行の改善が期待される	記載無し	疾病の予防と治療を目的に、四指や手掌のみを使用し、ツボと呼ばれる指圧点を押圧し生体機能に作用させ、人間の自然治癒力の働きを促進させる日本独特の民間療法	体表の経穴(ツボ)に適切な刺激を与えることにより、自律神経のバランスを整えて、体調を整える治療法	手指を用いて、人体の外表に圧を加える技術で、体調を整える治療法	手指や手掌で体表に「圧」を加える技法。中枢から末梢へと遠心性の力で行う。	筋肉の緊張を緩和し血液循環を促進させる	日本で生まれたもので、文政年間(約140年間)に大田晋雲が、「按腹図解」を著したことが始まり	✖
柔道整復	JudoTherapy	柔道整復師法	柔道セラピーとしての制度を受ける地域もある。	業務として骨折・脱臼・捻挫等を施えるのは医師の他は柔道整復師(接骨師)を身につけている柔道整復師のみ	日本の伝統医療、民間療法として扱われる。	骨折、脱臼、打撲、捻挫で柔道整復を受けた場合には、健康保険から療養費の給付を受けることができる。	◎	◎	✖	934	35	6	42	823	記載無し	柔道の経験や知識に基づいて、脱臼(ぬんぎ)・脱臼・骨折・打撲・肉離れなどの応急的な固復を行うこと。	柔術の活法の技術を応用、骨折・脱臼・捻挫・捻傷・打撲などの損傷に対し手技をしない非観血的療法によって、整復・固定などを行い、人間の持つ治癒能力を最大限に発揮させる治療術。	骨・関節・筋・腱・靭帯などに加わる急性、悪急性の原因によって発生する骨折・脱臼・打撲・捻挫・挫傷などの損傷に対し、手術をしない非観血的療法によって、整復・固定などを行い、人間の持つ治癒能力を最大限に発揮させる治療	手術をしない非観血的療法」	人間の持つ治癒能力を最大限に発揮させる	慢性的な肩こりや内科疾患が起因の腰痛などに対する施術は健康保険の対象外	✖
整体	Manual therapeutics	無し	無し	民間	民間	✖	◎	✖	✖	726	124	16556	13	1140	日本からの技術用に、カイロプラクティックやオステオパシーなどの手技療法の長所を取り入れた施術。関節や筋等、筋、腱に過度な刺激を加えて自然治癒力を引き出すとされる。	手や足の力を用いて骨格を矯正し、筋肉やの偏なども各部のバランスを整えて、本来の状態に戻すこと。整体術。筋、整体療法。	からだ全体の骨格や関節の歪みズレの矯正、骨格筋の調整などと、手足を使った手技と補助道具でおこなう技術および その行為を意味しているような意見もあるが、統一された体系はない	骨格や筋肉の調整とそれが及ぼす健康全般への影響を診断、治療、予防する専門職	骨格のゆがみ、特に背骨の異常を手技によって調整することで神経の働きを回復する療術	骨格や歪み やズレを手技によって元の位置に戻す	様々な手技療法の影響を受けているためにOO整体などのコンセプトの違う整体が乱立する	✖
カイロプラクティック	chiropractic	無し	40か国以上で法制化	民間	国	✖	◎	✖	◎	306	82	6549	33	242	カイロプラクティックは脊椎の機能と神経系の関係に基礎を置く、体のバランスを回復するために骨と関節に手技を施す	脊椎の異常を手による施智で整え、神経機能を回復させることによって内科疾患の治療を図る方法。	脊椎矯系の障害とそれが及ぼす健康全般への影響を診断、治療、予防する専門職	脊椎のゆがみ、特に背骨の異常を手技によって調整することで神経の働きを回復する療術	関節アジャストメントもしくは脊椎マニピュレーション(アジャストメント)を含む徒手治療	神経筋骨格系の機能、健康全般そして生活の質を向上させる	カイロプラクティックの基礎教育と安全性に関するWHOのガイドライン	
オステオパシー	Osteopathy	無し	6か国ほど	民間	国	✖	◎	✖	◎	123	82	480537	0	60	骨骨療法、病気の原因を骨格のずれと定することを目的にした徒手による矯正法。	骨骨療法、病気の原因を骨格のずれと定することを目的にした徒手による矯正法。	骨のみも調整する手技は主異なり、骨格などの運動器系、循環器系、脳神経系など、解剖学的や生理学的な医学知識の元に、手を使って治療を加える。	骨骨療法、病気の原因を骨格のずれと定することを目的にした徒手による矯正法。	手技によって自然治癒力を導き出し、健康を回復する治療法	筋膜・骨・関節・頭蓋・臓器・リンパ・血管など、あらゆる器官に対する技術	機能不全を改善され本来で自らの自然治癒力を高めていく事	筋骨格構造をバランスよく整列させ、神経の圧迫を取り去り、内在する医師である為治療を病気に付き通らせることで、体が良い方向へ示すようにむけている	オステオパシーでの訓練のためのベンチマーク	
リフレクソロジー	Reflexology	無し	南アフリカでは法制化	民間	国	✖	✖	✖	◎	103	11	12402	239	117	足底に脳幹対応区域を想定し、内臓の異常を刺激し、刺激を与え調整をすることを目的にした徒手による矯正法。	反射療法とも呼ばれ、主に足の裏(手のひらを含む場合もある)の特定部位を押圧することで、体調を活性化させる、脳環代謝や免疫力の向上を促し、全身をリラックスさせる効果もある。	反射療法とも呼ばれ、主に足の裏(手のひらを含む場合もある)の特定部位を押圧することで、体調を活性化させる、脳環代謝や免疫力の向上を促し、全身をリラックスさせる効果もある。	身体の各部分に反応する足の反射作用を利用した療法	手と指による足底への刺激を身体の各部に反射させ、身体の恒常性を保たせようとするもの	【THEFLEX(反射)】は「-OLOGY(「学」「論」の意味を表す語を作る接尾語)」をカタカナ語語で、反射療法または反射学と呼ばれる。	✖
推拿	tuina	無し	中国では法制化	民間	国	✖	✖	✖	◎	123	5	327	0	60	手や上肢で病人をもんだり押したりて、病病の予防と治療を施す方法	中国の按摩のことで、主には「按摩といわれたものが、明代に「推拿」という言葉が現れた。	日本において中国整体という民間療法が行う技法の多くは、推拿の一部の専門手法を用いた施拿柔整療法である。	中国医学の理論に基づいてツボや経絡を用いて、刺激などを手で施術し、病病の予防や治療を行う	推拿は100種類以上の手技があるといわれており、力加減や軽重、ツボを効果的に利用した中国医学	人間の持つ自然治癒力を賦活させる	日本国内の按摩と中国大陸の推拿は、技法は全起旨でも用法が全く違うので要注意	Tuina研修のためのベンチマーク	
理学療法	Physiotherapy	理学療法士及び作業療法士法	医療やリハビリテーションとして法制化	国	国	医師の指示による処置は◎	◎	◎	◎	2857	14	149603	6418	163000	身体に障害のある者に、主に基本的動作能力の回復を図るため、治療体操などの運動や電気刺激、マッサージ、温熱などの物理的手段を加えること	身体に障害のある人に対し、運動療法・マッサージなどにより、リハビリテーションにて行う治療。	身体に障害のある者に、主に基本的動作能力の回復を図るため、治療体操などの運動や電気刺激、マッサージ、温熱などの物理的手段を加えること	病気、けが、高齢、障害などで運動機能が低下した人々に、運動機能の維持・改善を目的に運動、温熱、電気、光、光線などの物理的手段を用いる治療法	治療体操その他の運動を行わせ、及び電気療法、マッサージ、温熱その他の物理的手段	身体運動の法則に従った、使い方、動かし方を学ぶ	大きく分けて、運動療法と物理療法、動作訓練がある	✖
操体法	Sotai	無し	無し	民間	民間	✖	✖	✖	✖	142	8	0	6	62	掲載無し	運動器系の歪みを治すも、病気を予防したり治すもの		気もちのよよ注きをわけ、抜つり、そして味わうことそのもの	個い方向かい、痛くない方向・ゆっくり動かし、最後にすっとかを抜く	身体運動の法則に従った、使い方、動かし方を学ぶ		✖
リンパドレナージュ	LymphDrainage	無し	無し	民間	民間	医療処置の中では◎エステ店などで行われるものは✖	✖	✖	◎	15	45	12	2	272	掲載無し	手術後などに起こるリンパ浮腫を改善のマッサージ手技	掲載無し	音訳するとリンパ球排出法という意味。	身体の末端から手で非常に軽く、リンパ液の流れに沿って行う	美容分野から病気の治療まで幅広い用途	美容のリンパドレナージュとは異なる	✖	
ロミロミ	Lomilomi	無し	米国では法制化	民間	米国では公式に国家資格、ハワイ州ではリラクゼーションセラピストの免許が必要	✖	✖	✖	◎	7	5	5	0	9	掲載無し	掲載無し	古代ハワイアンが医療として行っていた伝統的な癒しの方法	感覚や心身バランスに働きかける スピリチュアルで文化的な癒し	筋腰膜、深層筋の筋肉に到達する手法	組織液の流れを活発にし、各器官の機能を改善する		✖	
ロルフィング	Rolfing	無し	無し	民間	民間	✖	✖	✖	✖	11	116	12306	0	15	筋膜に手技を施し伸ばすことで骨と筋肉の健康的な整合を再建する	掲載無し	間りを調整することによって身体のバランスを回復する。	重力に対して身体を整え統合する	収縮した筋膜に伸ばす	体と重力との調和させる	10セッションで構成される	✖	
姿勢矯正	PostureCorrection	無し	無し	民間	民間	✖	✖	✖	✖	44	422	1083	2	5260	動作や手で触れ患者に健康的な姿勢を思い出させる。	掲載無し	掲載無し	手法それぞれが個々に分かれていて姿勢矯正としての分野はない	アレクサンダー、フェルデンクライス、トレガーなどの技法がある。	自分の無駄な動きや変張などを気付かせる	有害な姿勢習慣を取り除く	折りで始まり折りで終われるの	✖

©2015 All Nippon Chiropractic Association
無断転載を禁止します。