高雄市物理治療師公會

2017 繼續教育課程

物理治療的增生療法系列講座I

Flossband運動治療與臨床徒手應用

日期：2017/05/07 (星期日)

地點：國軍高雄總醫院 醫療大樓 3樓電化教室

主辦單位：高雄市物理治療師公會

國軍高雄總醫院 復健科

高雄市全人健康管理協會

協辦單位：臺灣運動科學健康促進協會

亞科太克有限公司  
一、課程說明：

對於一位專業的臨床治療師而言，如何有效的評估患者及擬定治療計畫便是件非常重要的課題，本次課程特別安排臨床開業二十年經驗的治療師潘青正老師為學員分享如何應用簡單的工具Flossband來針對軟組織疾患評估及採取運動或徒手治療模式來達到類似增生療法的效果。像是發炎後受傷的關節水腫，如何使用Flossband藉由不同纏繞方向達至不同效果，甚至加入老師多年的徒手治療技術結合，有效讓初學者或是手感不佳的學員可以輕鬆的做關節鬆動術，有效率且明顯的改善病患水腫問題，另一方面，課程上也會教導如何藉由Flossband在肌肉上給予適當的壓力，搭配短時間高強度運動，達到放鬆肌肉的效果。

Flossband 組合是由 Sanctband 公司與知名運動物理治療師 Sven Kruse 合作共同開發。基於軟組織鬆動術概念，衍生出四種強度的 Flossband，不同的阻力程度，可以在不同深度組織給予不同的等級刺激，並依據使用者可忍受的程度作調整，施作者透過不同的纏繞手法，Flossband 就可以在肌肉上給予壓力，越高強度的壓力對疼痛受器及底層筋膜產生抑制作用，因而放鬆粘黏及弱連結(weak link)，當 Flossband 被鬆開的同時，底層組織液或血液滯留（塞車）的狀況終止，新的血液灌流到組織間（亦稱為 sponge technique），即可達到類似組織再生的效果。

Flossband於運動前後都可以被拿來使用，在物理治療或是運動治療上都是非常棒且容易上手、十分有效率的治療方式，當病人或運動員的疼痛被抑制時，治療師就可以進行鬆動，改善能量傳遞的方式，增加更多的能量在組織之間，降低組織於活動時的能量損耗。因為姿態性的疼痛被釋放，病人可以顯著的增加動作品質，也讓復原速度更快。

二、課程大綱：  
(1) 簡介肌筋膜疼痛症候群，並針對其定義與其症狀產生於臨床病例說明。  
(2) 探討如何透過神經生理學最有效的方式，促進動作習慣的改變及改善。  
(3) 現代醫學實證與研究針對結締組織領域，及近期肌筋膜理論（神經生物學及神經生理學）的發現。  
(4) 討論肌筋膜系統的重要性及病理學。  
(5) Flossband的中心理論、原則及使用方針。  
(6) 如何使用Flossband進行上下肢的動作操作，並完成一個運動計畫。

三、課程目標：

1. 學員可以由課程中學習如何評估肌筋膜失能的病人

2. 學員可以由課程中知道Flossband原理跟肌筋膜之間相連性

3. 學員能藉由課程中學習如何使用Flossband搭配徒手和運動來治療肌筋膜疼痛的病人

四、講師:

姓名：潘青正

學歷: 中山醫學院復健醫學系

經歷:高雄市物理治療師職業工會理事長

高雄市全人健康管理協會理事長

杉合中西醫聯合診所執行長

杉合體適能中心執行長

智行合易有限公司執行長

法西亞康復技術培訓學院技術總監

五、課程時間：

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 8:30~9:00 | 報到 | 講師 |
| 9:00~10:00 | 臨床常見肌筋膜疾患 | 潘青正物理治療師 |
| 10:00~10:10 | 休息 |  |
| 10:10~11:10 | 神經生理學與動作生理學的臨床應用 | 潘青正物理治療師 |
| 11:10~11:20 | 休息 |  |
| 11:20~12:00 | 臨床案例分享與操作 | 潘青正物理治療師 |
| 12:00~13:00 | 休息 |  |
| 13:00~14:30 | 筋膜系統操作治療模式與增生療法之應用 | 潘青正物理治療師 |
| 14:30~14:40 | 休息 |  |
| 14:40~16:10 | Flossband的中心理論、原則及使用方針 | 潘青正物理治療師 |
| 16:10~17:10 | Flossband的臨床應用 | 潘青正物理治療師 |

六、參與人數：120 人，包含醫師、物理治療師(生)、職能治療師(生)、運動教練

七、費用與學分：(本次課程包含2條市價1200元的Flossband巫毒帶)

＊一般報名：每人3,500 元

＊早鳥價：4/05 前報名且完成繳費者：每人 3,000 元

＊3 人團報價：每人 3,000 元

＊高雄市物理治療師公會員報價：每人 2,500元

學分：物理治療師(生)、職能治療師、運動傷害防護員學分(申請中)。

八、報名方式：

1.一律採網路報名，報名表格如下，即日起至**106年4月26日(日)**截止，額滿為止，

報名網址: <https://group365.com.tw/healthkh/calendar_detail.php?cid=1>

2017 FLOSSBAND操作工作坊 **報名表**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 姓名： | 性別：  □男  □女 | 身份：  □ 物理治療師  □ 職能治療師  □ 其他 |
| 服務單位： | 職稱： |
| 聯絡電話：  手機： | 身分證字號： | 備註:  葷  素 |
| 聯絡地址： | | |
| E-mail： | | |

2.繳費方式：**a.劃撥報名費至帳號「240102624050」，戶名：高雄市全人健康管理協會。銀行匯款或轉帳：代號0162405明誠分行，匯款手續費需自行負擔。**

b.逕至杉合中西醫聯合診所繳交（高雄市苓雅區中正二路20號）

3.已完成繳費者請mail通知秘書處繳費方式(劃撥日期或匯款帳戶末五碼)，才算完成報

名手續，逾期繳費將取消報名資格。 mail：[jieshouse@gmail.com](mailto:jieshouse@gmail.com)

4.若是您已完成繳費，但因故需取消報名，請於106年4月26日(日)PM5:00前電話07-2261989/07-2261858取消，扣除行政手續費300元後，可退還您其餘全部費用，106年4月26日(日)以後取消報名恕不予退費。

九、 交通路線: 高雄國軍802醫院。地址:高雄市苓雅區中正一路2 號

連絡電話: 07-2261989/07-2261858

