

序

本書籍は「姿勢と動作の評価から、適切なストレッチやエクササイズを選択し提供できるようになる」ことを目的とした書籍です。理学療法士の特徴として、適切な臨床評価から問題点を導き出し、最適な治療介入方法を選択し、処方するスキルをもち合わせていることだと考えています。本書籍では理学療法士の強みである「姿勢や動作の評価」から機能的な問題点を特定し、その問題を解決するために必要な治療手技やストレッチング、エクササイズを段階的にアプローチする方法についてまとめました。

本書籍の特徴として、各章を通して姿勢や動作の評価方法や捉え方、また治療介入方法を初学者にも理解をしやすいようにできる限りわかりやすく解説しています。そのため、よくある代償動作や難易度を変更する方法などについても画像や動画を多く掲載しました。さらに、臨床現場で即実践できる、再現性の高いストレッチング・エクササイズを選択し解説しています。ストレッチングやエクササイズは臨床現場では多用される一方で、なぜそのストレッチやエクササイズを選択するのかを解説されている書籍は多くありません。本書籍は、どのようにして姿勢や動作から段階的な治療介入につなげていくのか、その基本的な考え方や方法について、体系的に整理しています。

最後に、本企画にご理解いただき、企画から発刊までともに試行錯誤を繰り返しながらご執筆いただいた先生方に感謝申し上げます。また、本書の企画を具体化し、企画段階からすべてのプロセスにおいて心強いパートナーとしてたくさんのアドバイスをいただいた共同編集者の三木貴弘先生には感謝の念に堪えません。そして、本書の発刊にあたり、長期間にわたり多大なるご尽力をいただいた羊土社編集部の大家有紀子氏と横内和葉氏に心より感謝を申し上げます。一人でも多くの方がこの書籍をとっていただき、臨床の現場でお役立ていただけることを願っております。

2022年6月

編集を代表して
澤渡 知宏