

# 【2022 台灣醫學矯治核心課程】

(Medical Orthopractics and Realignment Strategies, MORS)

## 動作系統的功能病理學：肌肉失衡理論與治療

(Functional Pathology of The Motor System :  
Assessment and Treatment of Muscle Imbalance)

### 【課程說明】

傳統上，臨床醫師總是基於解剖學和生物力學的知識，使用骨科臨床測試與影像學檢查界定出結構損傷，並直接治療或手術它。可是，有些患者即使痛源 (Source) 恢復，但痛因 (Cause) 未除。究其實，關鍵在於肌肉 (群) 在知覺動作系統中的本體感覺失常或疼痛過度敏感化未恢復所致。

Vladimir Janda 和 Karel Lewit 兩位捷克醫師是世界功能病理學 (Functional Pathology) 教育與實踐的開山祖師，其理論深具革命性，奠定了之後包含如精選功能動作評估法 (SFMA)、肌肉動力鍊整合訓練 (Myofascial Sling System Training) 與矯正性運動 (Corrective Exercise) 的發展基礎，更逐步影響了全世界的復健科醫師、脊骨神經整療師、物理治療師和運動治療專家。他們倡導了解慢性疼痛患者動作系統的功能失調，應聚焦於神經肌肉控制的機轉正常與否。這可從姿勢與步態分析、動作模式評估，肌肉長度測試、軟組織觸診等方式，抓出關鍵節段和肌肉 (群) 間的連鎖反應，予以打破、回復和優化，彌補了結構病理學 (Structural Pathology) 的不足。

藉由本次課程，宋宏謙顧問/主治療師將介紹多年來應用肌肉失衡理論與治療的經驗，從科學基礎、功能評估到治療訓練逐一解說，引領大家一窺堂奧，以提昇肌骨物理手法整療 (Orthopedic Manual and Physical Therapy, OMPT) 的水準。

課程包括演講與實作，請參加學員穿著適當寬鬆衣物，以利相互間的手法練習。

### 【課程目標】

1. 辨識功能病理學上六大基本動作模式的病理表徵、與動作失序，對應到各型過度活化與表現抑制的拮抗肌群治療。
2. 介紹張力平衡治療：肌肉能量療法與神經肌肉誘發啟動的手法運用。
3. 探討慢性疼痛患者動作系統的功能失調，應聚焦於神經肌肉控制的機轉正常與否，領會功能病理學的完整內涵。

## 【課程表】

第一天 111 年 11 月 19 日(星期六)		
時 間	題 目	講 師
08:30~09:00	Registration 報到	工作人員
09:00~09:50	Introduction of Functional Pathology 功能病理學簡介	宋宏謙 顧問 /主治療師
09:50~10:40	Neuromuscular Basis of Muscle Imbalance 肌肉失衡之神經肌肉基礎	宋宏謙 顧問 /主治療師
10:40~11:00	Break	工作人員
11:00~11:50	Janda Basic Movement Patterns Janda 基礎動作模式	宋宏謙 顧問 /主治療師
11:50~12:40	Functional Evaluation of Musculoskeletal Pain Syndromes 筋骨疼痛症候群的功能上的評估	宋宏謙 顧問 /主治療師
12:40~13:50	Lunch	工作人員
13:50~14:40	Lab: Visual Inspection(Postural and Gait Analysis) 實作:視診(姿勢與步態分析)	宋宏謙 顧問 /主治療師
14:40~15:30	Pathomechanics of Muscle Imbalance and Pathogenesis of Pain 肌肉失衡病理力學與疼痛的發生	宋宏謙 顧問 /主治療師
15:30~15:50	Break	工作人員
15:50~16:40	Lab: Evaluation of Movement Patterns (Lumbopelvic Region and Trunk) 實作:動作模式評估(腰薦骨盆與軀幹)	宋宏謙 顧問 /主治療師
16:40~17:30	Lab: Muscle Length Testing and Palpation (Lumbopelvic Region and Trunk) 實作:肌肉長度測試與觸診(腰薦骨盆與軀幹)	宋宏謙 顧問 /主治療師
17:30~17:40	Conclusion of course / Questions & answers 結論/問與答	宋宏謙 顧問 /主治療師

第二天 111 年 11 月 20 日(星期日)		
時 間	題 目	講 師
08:00~08:30	Registration 報到	工作人員
08:30~09:20	Factors Contributing to Muscle Tightness and Weakness Respectively 肌肉緊縮和無力的個別導因	宋宏謙 顧問 /主治療師
09:20~10:10	Muscle Balance Treatment--Dynamic Stretching and Manual Activation Techniques (PIR, PFS, RI, RS) 肌肉平衡術:動態伸展與手法激活術	宋宏謙 顧問 /主治療師
10:10~10:30	Break	工作人員
10:30~11:20	Lab: Treatment Techniques of Low Back Pain Syndromes 實作:下背痛症候群治療術	宋宏謙 顧問 /主治療師
11:20~12:10	Lab: Evaluation of Movement Patterns (Shoulder Girdle and Neck) 實作:動作模式評估(肩帶與頸部)	宋宏謙 顧問 /主治療師
12:10~13:20	Lunch	工作人員
13:20~14:10	Lab: Muscle Length Testing and Palpation (Shoulder Girdle and Neck) 實作:肌肉長度測試與觸診(肩帶與頸部)	宋宏謙 顧問 /主治療師
14:10~15:00	Lab: Treatment Techniques of Low Back Pain Syndromes (Cont.) 實作:下背痛症候群治療術(續)	宋宏謙 顧問 /主治療師
15:00~15:20	Break	工作人員
15:20~16:10	Lab: Treatment Techniques of Cervicospinal Pain Syndromes 實作:上背頸胛痛症候群治療術	宋宏謙 顧問 /主治療師
16:10~17:00	Lab: Treatment Techniques of Cervicospinal Pain Syndromes (Cont.) 實作:上背頸胛痛症候群治療術(續)	宋宏謙 顧問 /主治療師
17:00~17:40	Conclusion of course/Questions & answers 結論/問與答	宋宏謙 顧問 /主治療師

【主辦單位】 中華健康生活運動保健協會

【承辦單位】 舜復脊足健康醫學團隊

【講師簡介】

## 宋宏謙 總顧問兼主治療師

學經歷：

國立臺灣大學醫學院物理治療學士

臺灣脊骨矯治醫學會脊骨矯治技術核心課程種子班結業

臺灣物理治療學會審定 主治療師

現任：

舜復脊足健康醫學團隊 發展總監/總顧問

易康脊足體態物理治療所 院長兼主治療師

臺灣物理治療學會 資訊與臨床專科(肌骨專家認證小組)委員會

【學分認證】台灣物理治療學會專業積分申請中(臺物學審字第 號)

【上課日期】

111 年 11 月 19 日(六) 08 點 30 分至 17 點 30 分(9:00 上課)

111 年 11 月 20 日(日) 08 點 30 分至 17 點 30 分

【學員名額】

每堂課上限人數 22 名。

僅限中西醫骨(傷)科醫師、復健醫師、物理治療師等筋骨醫學醫事人員才能報名

【上課地點】

舜復脊足健康醫學專業產業培訓教室/易康脊足體態物理治療所

(台北市信義區和平東路三段 215 號 3 樓, 電話:02-87321550, 近捷運六張犁站)

【課程費用】本課程採轉帳匯款完成與 E-mail 報名表填送, 兩步驟報名流程。

※ 即日起優先開放 C 模組 C1~C2 兩堂課合報; 單堂則自 111 年 10 月 7 日才開放報名

◇ C1 單堂課原價 7,800 元

報名截止日: 111 年 11 月 11 日截止或額滿為止

◇ 單堂課早鳥優惠價皆為 6,980 元

早鳥截止日: 111 年 10 月 14 日截止或額滿為止

◇ 模組報名優惠價(換算)單堂為 6,800 元

模組報名截止日: 111 年 10 月 7 日截止或額滿為止

※ C 模組兩堂課合報享有最佳優惠, 單堂課換算只要 6800 元, 共 13,600 元。

◇ 即日起於報名時限內, 勾選 C 模組的所有課程, 即可享有該模組課程

最佳優惠。

※ 舊生回訓優惠說明：

本課程每次提供數名上過同堂課的舊生以原價之半價報名回訓之機會。意者請 mail 至 sfhealth2012@gmail.com 洽詢。並請提供姓名、聯絡方式、上過/想回訓哪堂課等資訊，我們將盡速與您聯繫。

※本堂課報名截止日：111 年 11 月 11 日止，額滿即提前停止招生。

### 【報名方式】

1. 報名費採匯款或轉帳。報名表填送完成才能列錄取名單，報名表如簡章末頁格式
2. 辦課單位保有取消或調整課程舉辦日期之權利。
3. 開課日期如遇颱風警報為停止上班之地區即取消該場課程，本會擇期舉辦或取消之訊息，請依網站公告為主。網站：<http://www.spinefoot.com.tw>
4. 繳費方式：匯款轉帳後，填寫報名表 E-mail 至 [sfhealth2012@gmail.com](mailto:sfhealth2012@gmail.com) 註明〈2022 矯治學核心課程報名信〉報名表填送完成才能列錄取名單，報名表如簡章末頁格式

### 【其他說明】

1. 繳費後收據請於當天現場簽到處領取
2. 於課程報名若有任何問題，可於「舜復脊足健康醫學團隊」FB 臉書私訊或 mail 至 [sfhealth2012@mail.com](mailto:sfhealth2012@mail.com) 洽詢。亦可請來電詢問舜復辦公室 02-87321550

### 詢問

3. 學員完成報名繳費後因個人因素無法上課，依下列標準退費：
  - (a) 於上課日前 28 天以前提出退費申請者，扣除劃撥手續費(30 元)與郵局劃撥處理費用(20 元)後，退還已繳納學費之九成。【已繳納學費\*0.9-50=退還金額】
  - (b) 於上課日前 14 至 28 天提出退費申請者，扣除劃撥手續費(30 元)與郵局劃撥處理費用(20 元)後，退還已繳納學費之七成。【已繳納學費\*0.7-50=退還金額】
  - (b) 於上課日前 3 至 14 天提出退費申請者，扣除劃撥手續費(30 元)與郵局劃撥處理費用(20 元)後，退還已繳納學費之五成。【已繳納學費\*0.5-50=退還金額】
  - (c) 於實際上課日前 3 日以內(含上課當天)，不接受退費(班)申請，僅能來年申請補課。

※ 上述所指上課日，若為合報 C 模組兩堂課程者，則為第一堂課的上課日。

### 【上課注意事項】

- (1) 當天備有午餐茶點，請學員自行準備環保水杯。
- (2) 如報名人數不足，本會保留取消課程之權利。上午課程及下午課程都分別進行簽到及簽退，需完成全日課程才提供積分登錄。為維護上課品質。上午或下午的第一節課遲到 15 分鐘以上，本會將不提供簽到，亦不提供繼續教育積分登錄。

(3)上課禁止攝影，以維護講師的權益及避免影響其他的學員聽課。

**【課後服務】**

※ 技術影片限時上線提供複習，希望幫助您掌握所有技術細節。

※ 兩堂合報學員邀入「矯治學討論區」FB 社團，隨時可提出臨床問題並讓老師與學長姐們給您回饋。

※不定期辦理課後個案示教討論會，幫助完成 A, B, C 全模組的學友提昇技術細膩度與臨床应用能力。

**【交通資訊】** 台北市信義區和平東路三段 215 號 3 樓。(近捷運文湖線六張犁站)



## 報名表

選填 課程名稱	<input type="checkbox"/> 11/19(六), 20(日) 動作系統的功能病理學：肌肉失衡理論與治療 <input type="checkbox"/> 12/17(六), 18(日) 動作系統損傷之動作模式矯正與功能訓練		
中文姓名 與 身分別	姓名： <input type="checkbox"/> 物理治療師 <input type="checkbox"/> 中醫師 <input type="checkbox"/> 西醫師		
身分證字號 (學分認證用)		服務單位	
手 機		聯絡電話	
通訊地址	□□□-□□		
e-mail			
匯款與附言 (早鳥10/14前或 合報10/7前優 惠有效)	<input type="checkbox"/> 一堂 6,980 元 <input type="checkbox"/> 兩堂 13,960 元 <input type="checkbox"/> 兩堂 13,600 元(合報優惠) 附言末五碼：	收據抬 頭(請務 必填寫)	<input type="checkbox"/> 個人抬頭 <input type="checkbox"/> 執業機構抬頭：_____
<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; width: fit-content; margin: 0 auto;"> <p>繳費方式: 匯款或轉帳</p> <p><b>臺灣企銀(050) 土城分行</b></p> <p>戶名: 舜復健康事業有限公司</p> <p>帳戶: 142 12 17635 5</p> <p>回覆舜復 e-mail: sfhealth2012@gmail.com</p> </div>			

