

療法の目的の違い

今までの療法

痛みは緊張した筋肉に問題がある！

強い筋肉を弛めることが目的

ほぐし/ストレッチ/マッサージ
筋肉弛緩剤/など

DKS療法

痛みは弛緩した筋肉に問題がある！

弱い筋肉を強めることが目的

過緊張した筋肉A = 機能亢進 ← 拮抗した筋 左右/前後/上下 → 機能低下 = 弛緩した筋肉B

正常な筋力バランスを「5:5」とすると

一方の筋機能が亢進した場合

筋肉A 7 : 5 筋肉B
筋力バランスの乱れ 痛み
↓
7 : 3 更にバランスが乱れ易い

今までの療法

※強い方を弱める ↓

5 : 3

↓ 自然治癒力 →

(5) 7 : 3 ※乱れたまま

DKS療法

↓ ※弱い方を強める

7 : 5

↓ 自然治癒力 ↑

※正常化 5 : 5

一方の筋機能が低下した場合

筋肉A 5 : 3 筋肉B
筋力バランスの乱れ 痛み
↓
(連絡する他の筋力バランスが乱れる)

今までの療法

※強い方を弱める ↓

(5) 3 : 3 ※両方弱める？

DKS療法

↓ ※弱い方を強める

※正常化 5 : 5

弱った筋肉はそのままなので自然治癒力が働きにくいので、①すぐに筋力バランスが乱れる ②他の連結する筋肉の筋力バランスが乱れてくる

弱った筋肉の機能を正常にすることが必要です。その上で最適な運動をすることで自然治癒力が働き、筋力バランスが整います。