

頭蓋仙骨療法 ベーシックレポート



【目次】

- 1.そもそも頭蓋仙骨療法とは何か？
- 2.脳脊髄液の役割とは？
- 3.脳脊髄液の循環が悪いとどうなる？
- 4.脳脊髄液の循環を支配する“一次呼吸”とは？
- 5.頭蓋仙骨療法による効果とは？
- 6.「頭蓋骨は動かない」という主張に対して
- 7.おわりに。

【1.そもそも頭蓋仙骨療法とは何か？】

☆YouTube でも解説しています⇒ <https://youtu.be/ZGyMOd4OdwQ>

頭蓋仙骨療法とは、頭蓋骨と仙骨の中を流れる“脳脊髄液”の循環を整えることを基本的なコンセプトした治療テクニックです。

「脳脊髄液の循環を整える」という視点が超重要です。

『クラニオ・セイクラル』と呼ばれたりもします。

クラニオ＝頭蓋骨　セイクラル＝仙骨　を意味します。

ここまでの説明ですと、意味不明な方もいらっしゃると思います。

右の画像をご覧ください。

画像の中に水色で描かれているものが脳脊髄液です。

我々の脳と脊髄の周囲を覆う様に循環しています。

そして、

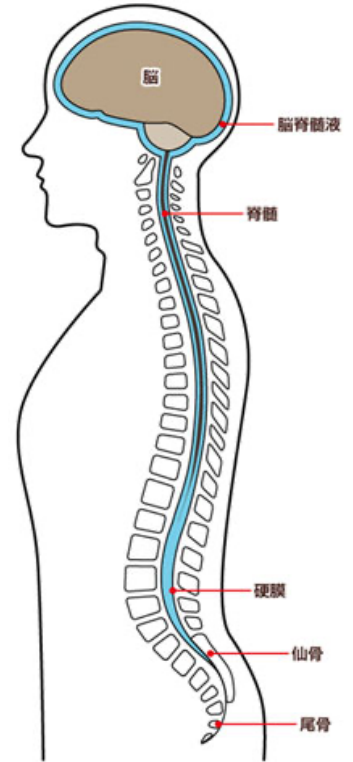
脳脊髄液は頭蓋骨内から第2仙椎の高さまでを循環しています。

この上下に伸びる脳脊髄液を循環させることが、治療法として大きな意義を持つのです。

それでは、脳脊髄液とはどのような役割を担うのか？

脳脊髄液の循環が滞るとどのような状態に陥るのか？

その辺りを解説していきましょう。



【2.脳脊髄液の役割とは？】



脳脊髄液の役割について解説していきます。

① 脳や脊髄を保護する。

教科書でよく言われている役割がこれです。

脳脊髄液は脳と脊髄の周囲を取り巻くことで、外力から脳と脊髄を保護しています。

我々は頭をぶついたり、転んだりしても少しくらいの刺激なら脳を損傷しません。

それは、脳脊髄液が衝撃を吸収してくれているからです。

脳脊髄液のプールに脳と脊髄がプカプカ浮かんでいるイメージですね。

② 脳や脊髄の老廃物を除去する

もうひとつの重要な役割が、代謝生産物（老廃物）の排泄機能です。

脳脊髄液は脳室→脳表面，脳室→脊髄中心管，脳室→脊髄表面→脳表面という流れがあり，

最終的には脳の静脈洞から静脈系に吸収されます。

この過程で脳脊髄液は老廃物を排泄するように働きます。

この老廃物とは、脳や脊髄の古い細胞や、過去の炎症反応の残骸などが該当します。

③ 脳や脊髄に栄養を与える

脳や脊髄、そこに存在する無数の神経に栄養を与える役割もそう脊髄液が担っています。

ブドウ糖やタンパク質、ナトリウムやカルシウム、マグネシウム、カリウムなどの電解質、リン酸、ホルモン、神経伝達物質など様々な物質が脳脊髄液には含まれています。

脳脊髄液の循環を促すことは、老廃物の排泄以外にも、脳の栄養状態を回復させるという重要な側面もあります。

④ 神経伝達に関与する

脳脊髄液は神経伝達にも関わっています。

脳脊髄液を介して神経伝達物質の受け渡しを行うこともありますし、中枢神経系の代謝促進という観点でも、脳脊髄液の循環が正常に行われていることは非常に重要な要素です。

【3.脳脊髄液の循環が悪いとどうなる？】



脳脊髄液の循環が悪いと以下の2つの大きな弊害が発生します。

① 脳圧亢進

脳脊髄液の循環が悪い＝脳周囲に脳脊髄液が貯留しやすい。

と置き換えることができます。

こうなると、脳が貯留している脳脊髄液に圧迫を受けてしまいます。

この状況を、**脳**が受ける**圧力**が**亢進**しているので
脳圧亢進と呼びます。

脳圧が亢進すると、症状としては
偏頭痛、耳鳴り、めまい、吐き気、学習機能低下
などが生じてしまいます。

頭蓋仙骨療法で頭痛が楽になるケースは非常に多いです。

② 自律神経の働きが乱れる

脳脊髄液の循環が滞ると、自律神経の働きが乱れてしまいます。

症状としては

高血圧や、しびれ、不眠、頭痛、動機、息切れ、低体温など多岐にわたります。

自律神経系の働き全般が侵されるので、ここには書ききれない程の症状が引き起こされま
す。

また当然ですが、自律神経によって支配されている各臓器の機能も障害されてしまいます。

【4.脳脊髄液の循環を支配する“一次呼吸”とは？】



一次呼吸について理解することが、頭蓋仙骨療法では必須事項となります。

一次呼吸とは、脳脊髄液の産生・吸収サイクルによって生じる頭蓋仙骨系のリズムカルな動きを意味します。

頭蓋仙骨系とは脳脊髄液の通り道である頭蓋骨・脊柱・仙骨の総称です。

これらの骨格は、脳脊髄液の産生と吸収のリズムに合わせて僅かに動きます。

この時の動きが“一次呼吸”です。

最も一般的な一次呼吸の感じ方は、対象者の頭部に施術者の手を当てて、一次呼吸を感じ取る方法です。

一次呼吸には屈曲相と伸展相が存在し、この2相を交互に繰り返す形で律動的な運動を形成しています。

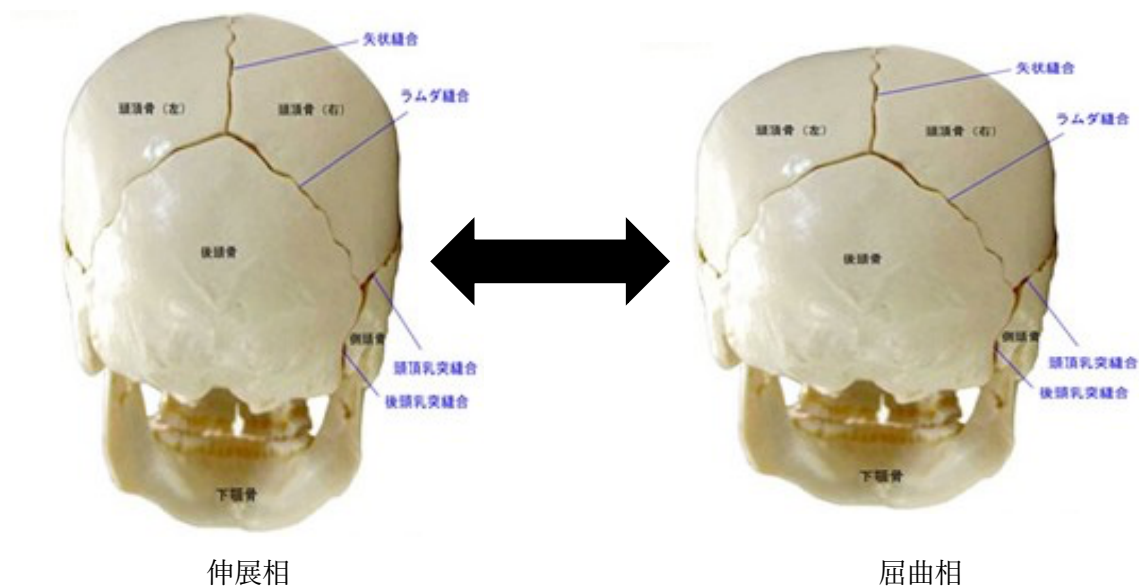
頭蓋骨の場合では、屈曲相で頭蓋骨が左右方向に広がります。

(この時、仙骨は後傾し両股関節は外旋します。)

逆に、伸展相では頭蓋骨は前後方向に広がります。

(この時、仙骨は前傾し両股関節は内旋方向に動きます。)

ちなみに、屈曲相は脳脊髄液が脳から仙骨(第2仙椎)まで送られる相になります。



因みに、

屈曲相・・・脳脊髄液が産生されるタイミング

伸展相・・・脳脊髄液が吸収されるタイミング

です。

【5.頭蓋仙骨療法による効果とは？】



頭蓋仙骨療法を使えるようになると、本当にアプローチの幅が増えます。

小顔矯正テクニックとの併用も可能なので、お客様の美しさと健康のどちらにもアプローチすることが出来るようになります。

ここでは、頭蓋仙骨療法によってもたらされる治療効果を列挙します。

- ① 脳血流、脳の栄養状態改善
- ② 脳圧の減少
- ③ 意識や覚醒、学習効果
- ④ 深部体温上昇→酵素の活性化→ホメオスタシス正常化→自然治癒力の向上
- ⑤ 自律神経、ホルモンバランスの改善
- ⑥ 中枢、末梢神経症状の改善
- ⑦ 慢性疼痛、痺れ、耳なり、頭痛、めまいなどの改善
- ⑧ 眼圧の正常化、視野や慢性疲労の改善
- ⑨ 呼吸機能の改善

非常に多くの方に対して行うことが出来る治療法だということがご理解頂けるかと思えます。

我々の身体は脳によって支配されています。

頭蓋仙骨療法を通して脳脊髄液の循環を整えるということは、脳のコンドディションを整えることを意味します。

脳の機能が向上するわけですから、身体全体に治療効果が波及する事がお分かり頂けるかと思えます。

【6. 「頭蓋骨は動かない」という主張に対して】



一次呼吸について勉強すると、多くの人にとって最初に浮かぶ疑問は

「頭蓋骨って動くの…？」

という疑問だと思います。

僕自身も含めて大学や養成校の授業では

「頭蓋骨の縫合は不動連結であり、成人以降は可動性が失われる。」
と教えられている人が大半だと思います。

それに加えて、

“一次呼吸”と呼べそうな運動が触知出来ることは確かなのですが、「そのリズムがどのように発生しているのか」

という問いに明確に答えるだけのメカニズムが解明されていないのが現状です。

しかしながら、

多くのセラピストが一次呼吸を感じ取り、治療効果を出しているという事実もあります。

また、一次呼吸に関する研究では、クラニオセラピストのアプレジャー氏は特殊な機械を用いて、一次呼吸の動きを肺や心臓の鼓動とは全くことなる動きとして観測することに成功しています。

一次呼吸が生じる詳細なメカニズムは判明されていませんが、一次呼吸と呼べる運動が存在することが単なる気のせいではないことが既に証明されています。

また、別の説では発生学を根拠に1次呼吸を説明する場合があります。

人は受精卵に時点から1次呼吸のようなリズム運動をしていて、そのリズム運動を保ちながら胚から胎児へと姿を変えていくと考える説です。

このように、1次呼吸については解明されていない点が数多く存在しますが、個人的な見解としては「1次呼吸と呼べそうなリズム運動は確かに存在する。」というものです。

それに、焦点を当てて考えるべきは

「1次呼吸の存在の有無」

よりも

「頭蓋仙骨療法の治療効果の有無」

であると考えています。

エビデンスは確かに重要ですが、世の中にある全てのテクニックにそれを求めてしまうと、患者様に適応できる治療が限定されすぎてしまいます。

しっかりと前後評価を行い患者様の利益になるのであれば、エビデンスレベルが低くても、その治療を適応する価値は十分にあると考えています。

【7.おわりに。】

今回のレポートでは頭蓋仙骨療法の基礎のうち、特に重要な部分を抜粋してお伝えさせて頂きました。

このレポートの内容を理解するだけでも、初めて頭蓋仙骨療法を学ぶ時の学習率が飛躍的に上昇すると思います。

是非、何度もお読み下さい。

ここまで読んで下さり、ありがとうございました。