

Upledger Institute 頭顱薦椎徒手調整技術

CranioSacral Therapy I 第一階段

(PT11308)

一、主辦單位：社團法人臺灣物理治療學會

二、課程簡介

人體節律系統有心跳脈搏及呼吸節律與頭顱薦椎系統 (craniosacral system, CS)，該系統包含了腦膜組織以及其中用來保護腦及脊髓的腦脊髓液。它的範圍上由頭顱骨、臉及嘴開始，構成整個顱部，並往下延伸至薦椎或尾骨部位。因為顱薦系統本身會影響到大腦及脊髓的發展及運作，因此只要是這個系統出現失衡或受到阻礙，都可能出現一些感覺、動作或神經系統上的障礙。

1970 年代，Dr. John E. Upledger, D.O., O.M.M.，在一次參與手術過程中，協助穩定脊椎周圍旁邊的薄膜構造，意外發現這膜狀構造會有一分鐘約 8 次的脈動，和心跳與呼吸的速度皆不相符，雖然不知道這個現象的意義，但這液體的確是以某種規則的節律流經顱薦系統。

1975~1983 年，Dr. John E. Upledger 成為 Osteopathic College of Michigan State University 的教授領導一群不同背景的專家—解剖學、生理學、生物力學、生物動力工程師等共同研究與整理 CS 調整技術，並且發表相關的治療文獻，奠定了後來 Upledger 頭顱薦椎調整技術 (CranioSacral Therapy, CST) 的基礎。

1985 年 Dr. John E. Upledger 成立的 Upledger Institute，有系統性地訓練 CST 治療師，並且大量推廣該治療技術幫助許多疑難雜症患者重拾活動與生活能力；整套技術中，治療師利用大約 5 克重的壓力（約為一個 5 分鎊幣的重量），評估 CS 神經系統中液體的節律與移動是否正常，佐以特定的治療手法來紓解阻礙之處（骨縫、筋膜或其他影響系統的構造），進而改善神經肌肉筋膜內在環境協助中樞神經系統可以回到最佳的運作狀況與表現，也能夠提升個人安適感、包括從免疫系統的強化一直到增進人際關係等等。

在本次課程當中，我們將介紹 CS 神經系統的生理構造、對人體的健康影響、以及對於相關疾病之關聯性，同時也將訓練學員培養出「柔中帶勁」細膩徒手觸診與治療技術，特別針對 CS 系統相關地筋膜釋壓技術、與硬腦膜神經管鬆動技術等。

第二階段課程將著重在應用臉部相關骨頭的深度壓力釋放，學習進階的 Arcing 徒手評估技巧與筋膜滑動技巧協助治療師更有效率地定位主要受損部位，學習透過脊索椎節誘發技術處理慢性疼痛的患者，並且討論如何將 CST 應用在小兒與新生兒，並且提升學員對 CS 徒手治療的手感與評估技術。

三、講師介紹：**Erin Riley, CST-D, P.T.**



Erin Riley 是澳洲執業的物理治療師，並具有 Upledger Institute CST 專家等級 (Diploma Degree)的認證資格，目前也是 Evolve Manual Therapy 的指導者擁有自己的物理治療臨床診所，她醉心於研究不同徒手治療手法，包括 Muscle Energy Technique, Strain counter strain 等手法，後期更專注在研習 CST 並且融合精神整合學派的架構，幫助各種慢性疼痛與複雜型疼痛的個案誘導其內在自我校正與療癒的力量，協助個案提升自我覺察能力，幫助個案擁有一個積極主動的身心健康整合的生活能力，Erin 的專業背景與技術為目前全澳洲等級最高的 CST 教官，Erin 清楚且生動的教學方法，邏輯性地臨床推理，清楚地治療步驟以及技術背後原理解釋，讓第一次接觸 CST 的治療師都能夠輕鬆地上手，並且成功地觸診到 CSF(腦脊髓液)在人體不同部位所造成的不同活動，進而增加治療師應用 CST 於臨床的信心，Erin 目前也是台灣物理治療學會最密切合作的 CST 講師之一，本次能夠邀請到 Erin 老師再度來台實屬難得，請各位治療師們要好好把握學習機會。

四、課程目標

CranioSacral Therapy I 第一階段

- 了解並且能夠解釋CS神經循環系統並且能夠研習相關技術的對應效果
- 能夠清楚地解釋CS神經系統的解剖學、生理結構以及對於身體疾病、疼痛以及失能之間的關聯性
- 透過評估CS神經系統的頻率、放鬆人體相關筋膜組織來訓練且精進學員徒手觸診技巧
- 描述與比較頭顱股相關人體解剖結構，以及有接受過治療與沒接受過治療的腦內壓力循環系統差別，以及硬腦膜神經系統對於骨骼神經系統的影響學員能夠在課堂中精準地執行Dr. Upledger的CST調整10大步驟並且融入於學員自身的臨床專業範疇中
- 第一階段中，學員將可以習得下列特別技術：
 1. 細膩輕柔地觸診技巧進而區分三種身體不同的動能頻率：心跳、呼吸以及CS神經系統
 2. 徒手釋放身體四大環狀橫膈筋膜壓力：骨盆腔 (pelvic diaphragms)、呼吸橫膈膜 (respiratory diaphragms)、胸腔入口處 (thoracic inlet) 與枕骨頭顱底部 (occipital cranial base)
 3. 第四腦室與其他部位的靜止點 (still-point) 誘導術
 4. V-spread
 5. 額葉釋壓技術 (Frontal lift)
 6. 頂葉釋壓技術 (Parietal lift)
 7. 蝶骨擠壓與彈開技術 (sphenoid compression-decompression) S
 8. 顱骨釋壓包括：乳突骨搖晃技術 (mastoid wobble,)、環狀技術與耳骨筋膜牽拉技術 (ear pull) — 雙邊顱骨同步釋放

9. 硬腦膜神經管的評估、徒手牽引與頻率校正 (Dural tube evaluation, traction and correction)
10. 頭顱骨幫浦技巧 (Cranial pumping)
11. 各個技術的臨床應用以及禁忌症
12. 基礎顱顎關節調整技巧 (TMJ techniques)
13. Upledger CS 調整 10 大步驟

五、課程時間表

CranioSacral Therapy I 第一階段

第一天	
9:00 - 10:30	Introductions: Self, Study Guide, Participants 、Teaching Assistants and Facilitator History of CST
10:30 - 10:45	Break
10:45 - 11:30	Discussion of palpation and Therapeutic Presence Palpable Physiologic Motions
11:30 - 12:30	Lecture, Demonstration and Practice of CranioSacral palpation and evaluation techniques
12:30 - 13:30	Lunch
13:30 - 14:30	Fascia as a Body System
14:30 - 14:45	Break
14:45 - 17:30	Release of Fascial Restrictions Demonstration and Practice Question and Answer Period
第二天	
9:00 - 9:30	Question and Answer Session on Day 1 & Preview Day 2
9:30 - 10:15	Lecture on Cranial Base Release
10:15 - 10:30	Break
10:30 - 11:15	Demonstration and Practice of Cranial Base Release
11:15 - 11:45	Lecture, Demonstration and Practice Sacral Techniques
11:45 - 12:45	Lecture, Demo and Practice of Dural Tube Rock and Glide
12:45 - 14:00	Lunch
14:00 - 14:30	Pressurestat
14:30 - 15:15	Lecture, Still Point/CV-4/ Cranial Pumping
15:15 - 16:00	Demo & Practice, Still Point/CV-4/ Cranial Pumping
16:00 - 17:00	Lecture on Direction of Energy/V-Spread technique Demonstration and Practice Direction of Energy/V-Spread
第三天	
9:00 - 9:30	Question and Answer Session on Day 2 / Preview Day 3

9:30 - 10:20	Lecture - Model C/S System, Overview of Cranial Bones and sutures and Slides
10:20 - 10:35	Break
10:35 - 10:45	Types of Restrictions and how to free them
10:45 - 11:30	Frontal Lift Lecture, Demo and Practice
11:30 - 12:30	Parietal Lift: Lecture, Demo and Practice
12:30 - 14:00	Lunch
14:00 - 15:15	Sphenoid Lecture, Demo and Practice
15:15 - 15:30	Break
15:30 - 16:45	Temporal Techniques: Lecture, Demo and Practice
16:45 - 17:30	TMJ: Lecture, Demo and Practice
第四天	
9:00 - 9:45	Question and Answer Session on Day 3 Preview Day 4
9:45 - 10:00	Break
10:00 - 10:30	CranioSacral Therapy II Discussion Clinical Considerations, Mini Session discussion
10:30 - 11:00	Demo 10 Step
11:00 - 12:00	10 Step Talk through
12:00 - 13:00	Lunch
13:00 - 14:30	10-Step Walk through
14:30 - 17:00	Closing

六、日期與時間：

- **CranioSacral Therapy I 第一階段**: 2024 年 1 月 20~23 日，共四天(第一天 8:30am 開始報到)

七、地點：

- 國立陽明交通大學生醫工程館(研究大樓)六樓教室，台北市北投區立農街二段 155 號
(國立陽明交通大學物理治療暨輔助科技學系僅為場地租借單位)
- (1). 搭乘捷運淡水線(紅線)至石牌站，沿捷運線向淡水方向步行 5-10 分鐘可到立農街口。右轉後可看到學校正門在左前方。上山約需步行 20-30 分鐘。
- (2). 可搭乘 559 公車。詳細搭車時間及地點請參考以下網頁資料：
<https://ga.nycu.edu.tw/ym-general/shuttle>
- (3). 自行開車前往者，優惠停車，一天 100 元
- (4). 機車一天 30 元

八、人數限制、學分：**28** 人、繼續教育積分點數：CST1: 專業 31.8 點

九、課程費用：課程費用不包括午餐

課程代碼			完成繳費日期	課程費用
(PT11308-09)	學會會員	同時報名兩堂課，共 8 天 頭顱薦椎徒手調整 CST1 + CST2，8 天(第一階段；2024 年 1 月 20~23 日、第二階段；2024 年 1 月 25~28 日)	2023 年 10 月 30 日前早鳥價	42,000
	非會員		2023 年 10 月 31 日後	46,000
			2023 年 10 月 30 日前早鳥價	46,000
			2023 年 10 月 31 日後	50,000
(PT11308)	學會會員	頭顱薦椎徒手調整 CST1, 4 天 第一階段；2024 年 1 月 20~23 日	2023 年 10 月 30 日前早鳥價	22,000
	非會員		2023 年 10 月 31 日後	24,000
		頭顱薦椎徒手調整 CST1, 4 天 第一階段；2024 年 1 月 20~23 日	2023 年 10 月 30 日前早鳥價	24,000
			2023 年 10 月 31 日後	28,000

十、報名方式：

- 報名請直接上學會網站，並以信用卡繳費。
- 本課程因為成本計算，開課前45個工作日前取消者，可退款學費*70%；於開課前45個工作日內取消者，恕不退款。此退費標準請報名者務必先確認後再報名。已繳費者即表示願意遵守本規定，接受本簡章文字之契約規範。
- 學會洽詢電話: (02)27719631。網址：<http://www.tpta.org.tw>