
アナトミートレイン

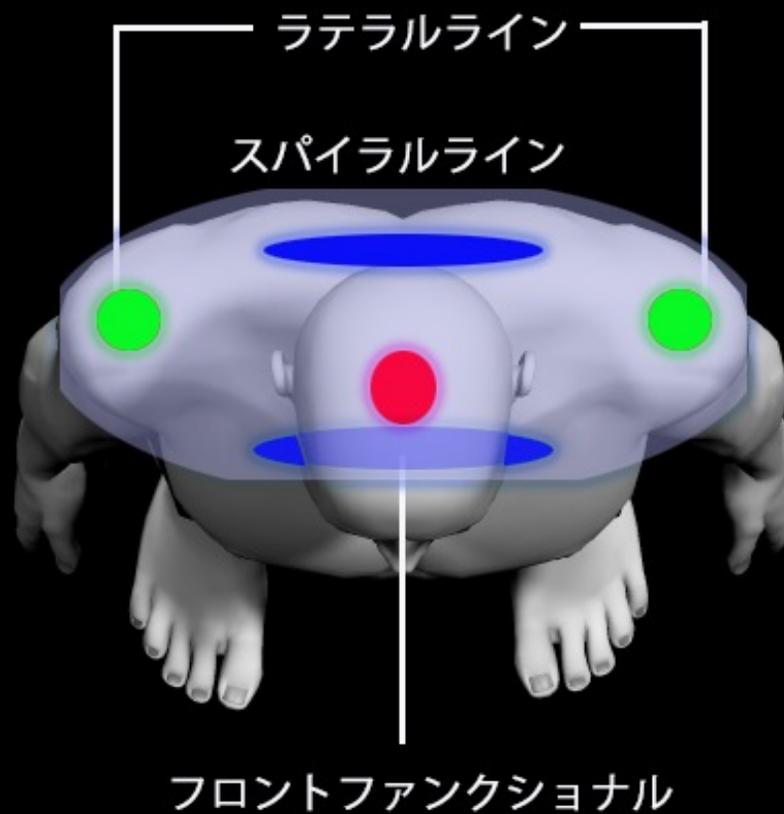
1 ディープフロントライン (DFL)



ディープリフトライン

- 体の中心、内側のライン
- 足部から顎まで走っている
- 矢状面ではスーパーフィッシャルフロントラインとスーパーフィッシャルバックラインの間に、前額面上では左右のラテラルラインの間にあります。周囲をスパイラルラインとフロントファンクショナルラインに囲まれている。

ディープフロントライン構成



ディープフロントラインの特徴

- スーパーフィシヤルフロントライン
 - スーパーフィシヤルバックライン
 - ラテラルライン
 - スパイラルライン
 - ファンクショナルライン
 - に囲まれて身体で筋膜構造の中心となっています
-

ディープフロントラインの特徴①

- 前後面の姿勢のバランスを保っています。
 - ラテラルラインとの間で下肢のアライメントを整えています
 - DFLが短縮・LTLが過伸展過緊張⇒O脚
 - DFLが伸展・LTLが短縮⇒X脚
 - 骨盤底の安定（大内転筋－内閉鎖筋－骨盤底）
 - 下肢と体幹を連結しています（**長内転筋・短内転筋・恥骨筋－腸腰筋－腰方形筋**）
 - 内臓とも密に関連している
 - 頭蓋骨の蝶形骨と関連し 頭蓋仙骨リズムと深く関わる
-

ディープフロントラインの特徴②

- 横隔膜－腰方形筋－腸腰筋の繋がりに呼吸を歩くリズムに繋がっています。
 - 自律神経と繋がりがあり交感神経と副交感神経のバランスに関連があります
 - 足の内側の縦アーチを引き上げて足のバランスをとる（後脛骨筋）
 - 内転筋群－膝窩筋－後脛骨筋、長趾屈筋の各下肢の区分を安定させる
 - 腰椎の前弯を保持し前方から支える（腸腰筋）
 - 胸部を安定させ呼吸リズムを整える
 - 頸部と頭部を支える（舌骨筋群、頸長筋、斜角筋）
-

ディープフロントラインの特徴③

最後部ライン

頭長筋、頸長筋－前縦靱帯－骨盤隔膜筋膜－内閉鎖筋筋膜－大小内転筋－膝窩筋－

後脛骨筋－長趾屈筋－足根骨底－足趾底面

前後部ライン

頭長筋、頸長筋－前縦靱帯－大腰筋－腸骨筋－恥骨筋－腰方形筋－長短内転筋－膝窩筋

~~後脛骨筋－長趾屈筋－足根骨底－足趾底面~~

ディープフロントラインの特徴④

中部ライン

斜角筋－縦隔－横隔膜－腸腰筋－恥骨筋－腰方形筋－長短内転筋－膝窩筋

後脛骨筋－長趾屈筋－足根骨底－足趾底面

前部ライン

舌骨筋群－胸横筋－横隔膜－恥骨筋－腰方形筋－長短内転筋－膝窩筋

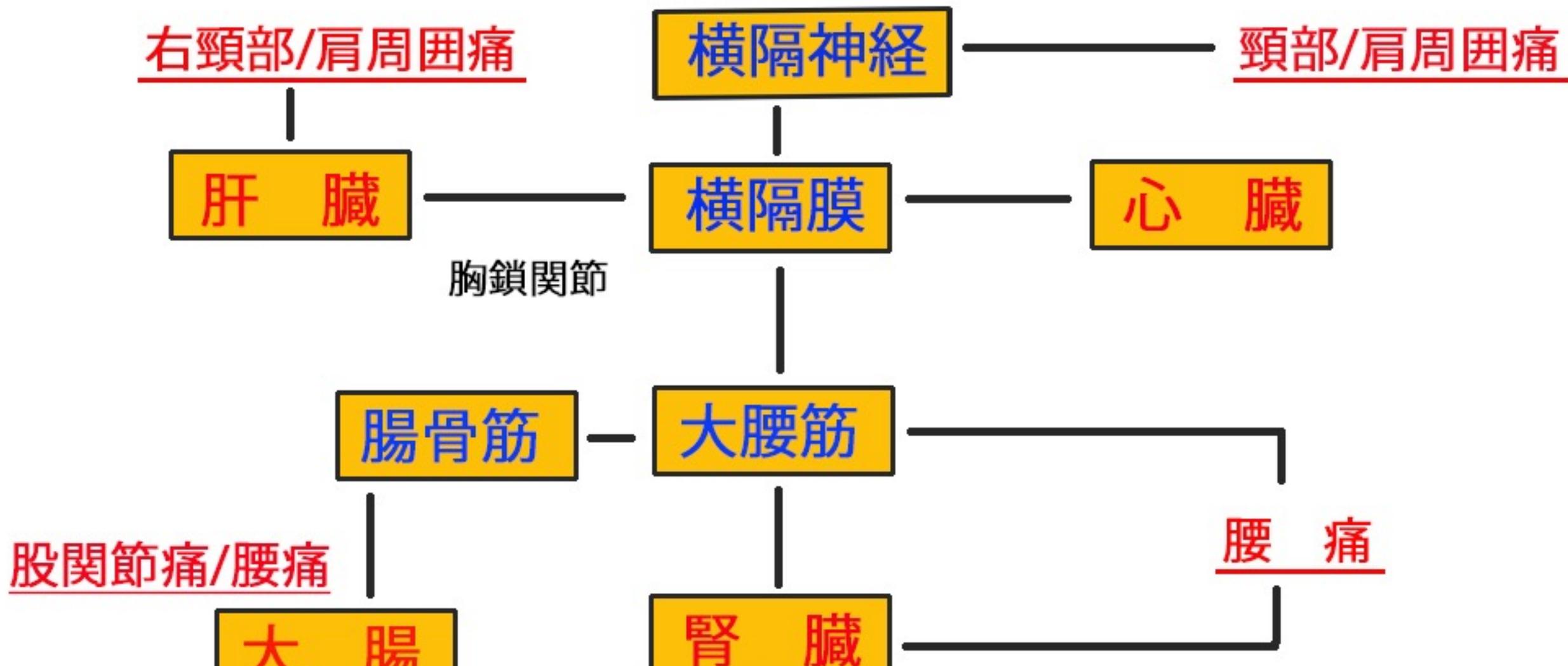
後脛骨筋－長趾屈筋－足根骨底－足趾底面

ディープフロントラインの特徴⑤

- 嚥下障害を持つ患者様は舌の動きが横隔膜、大腰筋に影響し呼吸機能低下
体幹のコントロール機能の低下などが起こる
(横隔膜ー胸膜・心膜・縦隔ー斜角筋ー咽頭収縮筋ー舌)
 - 舌骨下筋群ー内側翼突筋・咬筋・側頭筋のラインから顎の動き、咀嚼運動に関連する
 - 内臓は重心の位置や姿勢アライメント、動作のパフォーマンスに影響が出る
 - 上端では頭蓋骨の一部である蝶形骨とのつながりがあり頭蓋仙骨リズムと深い関わりがある
-

ディープフロントラインの特徴⑥

- 横隔膜－大腰筋－腰方形筋と繋がっており体幹部の中心を構成する
- 心臓、心膜、胸膜への影響
 - 腹膜の歪み－横隔膜機能不全－腹膜－大腸、小腸の機能不全
 - 胸膜－肺の機能不全



ディープフロントライン筋膜ライン

最後部ライン

- 後頭骨基底部
- ・頭長筋/頸長筋
- ・前仙骨筋膜
- ・前縦靱帯
- ・胸腰椎椎体
- ・尾骨
- ・骨盤隔膜筋膜
- ・肛門挙筋
- ・内閉鎖筋筋膜
- ・坐骨枝
- ・後筋間中隔
- ・大内転筋
- ・小内転筋
- ・大腿骨内側上顆

前後部ライン

- 腸腰筋
- 恥骨筋
- 腰方形筋
- 大腿三角
- 前大腿筋間中隔
- 長内転筋/短内転筋
- 大腿骨粗線
- 大腿骨内側上顆

中部ライン

- 椎前筋膜
- 咽頭縫線
- 斜角筋
- 内側斜角筋筋膜
- 心膜
- 縦隔
- 壁側胸膜
- 横隔膜後部
- 横隔膜脚
- 腱中心

- 膝窩筋
- ・膝関節包
- ・脛骨、腓骨の上後部
- ・後脛骨筋
- ・長趾屈筋
- ・底側足根骨
- ・足趾底面

前部ライン

- 下顎骨
- 舌骨上筋/舌骨下筋
- 舌骨
- 気管前筋膜
- 胸骨柄に後側
- 胸内筋膜
- 胸横筋
- 剣状突起
- 肋骨下後面
- 軟骨組織
- 横隔膜前部、後部
- 横隔膜脚
- 腱中心
- 胸腰椎椎体

