**CTM (conective tissues massage)**

**反射區(Head’s Zone)**

* 內臟的疾病與看得見且可觸診到的身體特定區域中皮膚方面的改變有關,此區域稱為head’s zones.
* 神經根將包含分佈在皮膚,肌肉,骨骼與內臟的感覺,運動和自主神經纖,並連接形成皮節,肌節與骨節等反射區的概念.
* 因病理性的改變會影響任何結構的變化,最後引起與結構相關的任何病徵與症狀,特別是在皮膚與結締組織.
* 在相關區域的變化可藉由皮膚與相同區域的皮下組織的觸診來診斷,而結締組織有區域性張力的特性,在不同的層間會有某種程度的緊縮性,通常在那裡的組織層與層間將有運動的限制.
* 在接受治療的皮膚區域是一些離效果距離遠的點,故許多情況沒有直接的機械效果,更明顯的治療像是指壓與反射.因此, CTM沒有直接的機械效果,其療效有可能是反射的結果,且是自主反射.

**CTM的基本診斷技術**

* 病患坐在較硬的表面上,髖與膝關節彎曲且腳著地,評估與治療時整個背訲要裸露. 治療師可坐或站在患者後面,不可使用潤滑劑.
* 先觀察患者姿勢與背部肌肉再仔細觸診結締組織,其中以背部特定區域的緊縮與組織張力為主. 測試的目標是畫出不正常的輪廓且與患者其他病徵與症狀相關的區域.
* CTM有兩個性質不同的類型:
  + 診斷性的按撫:
    - 診斷技巧是使用在雙側,以比較身體兩邊的對稱性.
    - 在較大區域的組織會向上拉起皮膚以skin rolling方式將皮膚從下一層筋膜中分離.
    - 用指尖在底層結構上移動皮膚,指尖的力度只要維持皮膚的接觸就可以.
    - 在執行這些徒手技術期間遇到阻力時,常與患者感受到銳利或刮擦聲的感覺一致.
  + 治療性的技術: 可成功治療
    - 纖維性肌痛
    - 頸部症候群
    - 副交感神經反射性失調
    - 疼痛焦慮
    - 亞急性期的氣喘

**基本的治療技術**

* 按撫的兩種類型有: 短與長, 原則上都從薦椎,臀部或腰部依序開始.
* 在按撫時可用中指形成切線來推,並利用無名指或食指來支持.在受影響的區域應盡快使用向上和向外移動的按撫.
* 當用CTM開始進行治療時:
  + 先由下背部區域開始:
    - 在自主神經系統的最低部是由副交感神經的分支分散出去,因此由背部的薦椎附近的皮膚開始進行.
    - 使用長且短的按撫,方向由薦椎邊緣及下半部附近開始逐漸往上.
  + 治療技術可應用在身體大部分區域,不限於背部,一般先治療背部再進行至周邊的區域.

**CTM的效果**

* 患者常有被切斷或摩擦的感覺.當患者的情況逐漸恢復時,這些反應會逐漸消退,然後產生局部與整體的反應.
  + 局部反應
    - 治療師施壓的皮膚上出現大紅色斑紋,此斑紋是組織產生三倍反應的結果.一般是手指施壓於組織上產生局部組織的微創所致,並引起反射性釋出不同的物質.
    - 組織胺的釋出會產生局部區域明顯的血管擴張.
    - 這種局部反應對患者而言不會感到疼痛.
  + 整體反應
    - 包含在自主神經系統的作用在治療後能持續幾個小時.
    - 能藉由刺激副交感神經活動來再平衡自主活動.

適應症

* CTM 技術可幫助治療:
  + 不同的疼痛症狀
  + 與血管疾病相關的病症
  + 治療循環疾病
  + 呼吸器官的症病
  + 心血管系統自主神經問題
  + 反射性交感神經失養症