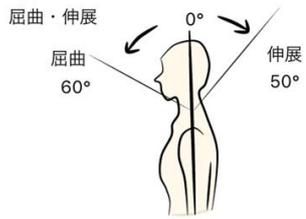


關節可動域

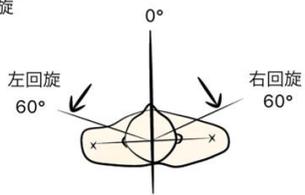
● 脊柱

部位名	運動方向	參考可動域角度
頸部	屈曲（前屈）	60
	伸展（後屈）	50
	回旋（右）	60
	回旋（左）	60
	側屈（右）	50
	側屈（左）	50
胸腰部	屈曲（前屈）	45
	伸展（後屈）	30
	右回旋	40
	左回旋	40
	右側屈	50
	左側屈	50

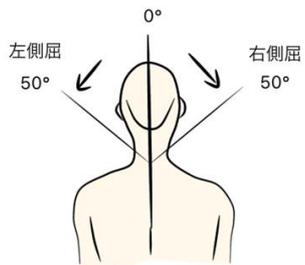
【頸部】



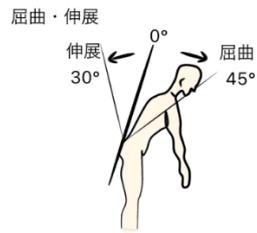
回旋



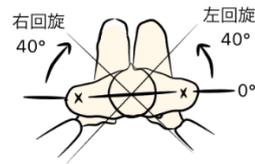
側屈



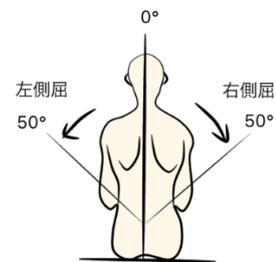
【胸腰部】



回旋



側屈

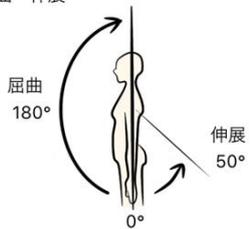


●上肢

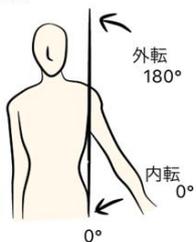
部位名	運動方向	参考可動域角度
肩	屈曲（前方挙上）	180
	伸展（後方挙上）	50
	外転（側方挙上）	180
	内転	0
	外旋	60
	内旋	80
肘	屈曲	145
	伸展	5
前腕	回内	90
	回外	90
手	屈曲（掌屈）	90
	伸展（背屈）	70
	橈屈	25
	尺屈	55

【肩（肩甲帯の動きを含む）】

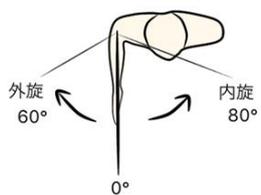
屈曲・伸展



外転・内転

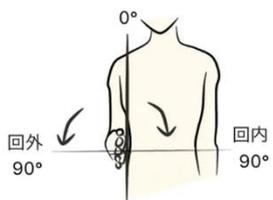


外旋・内旋



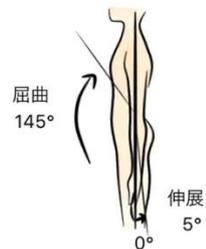
【前腕】

回内・回外



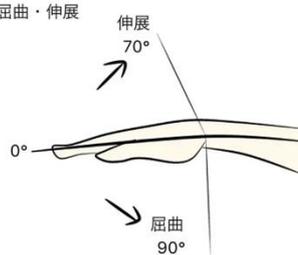
【肘】

屈曲・伸展

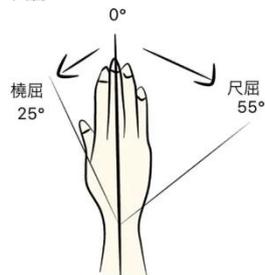


【手】

屈曲・伸展



橈屈・尺屈



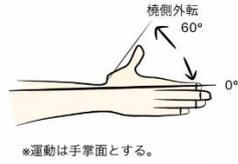
●手指

部位名	運動方向	参考可動域角度
母指	橈側外転	60
	掌側外転	90
	屈曲 (MP)	60
	伸展 (MP)	10
	屈曲 (IP)	80
	伸展 (IP)	10
指	屈曲 (MCP)	90
	伸展 (MCP)	45
	屈曲 (PIP)	100
	伸展 (PIP)	0
	屈曲 (DIP)	80
	伸展 (DIP)	0

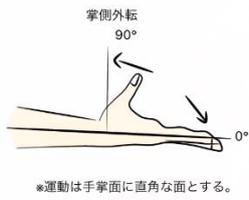
※MCP：中手指節間關節、PIP：近位指節間關節、IP：指節間關節、DIP：遠位指節間關節

【母指】

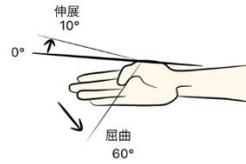
橈側外転



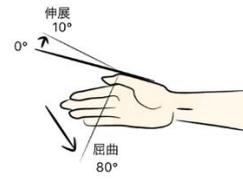
掌側外転



屈曲・伸展 (MP関節)

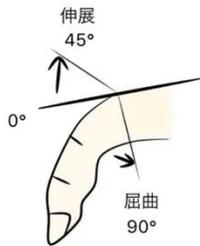


屈曲・伸展 (IP関節)

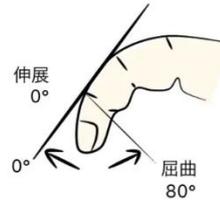


【指】

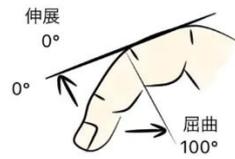
屈曲・伸展 (MCP関節)



屈曲・伸展 (DIP関節)



屈曲・伸展 (PIP関節)

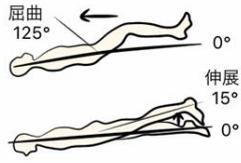


●下肢

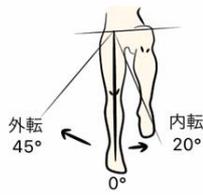
部位名	運動方向	参考可動域角度
股	屈曲	125
	伸展	15
	外転	45
	内転	20
	外旋	45
	内旋	45
膝	屈曲	130
	伸展	0
足	屈曲 (底屈)	45
	伸展 (背屈)	20

【股】

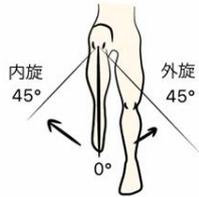
屈曲・伸展



外転・内転

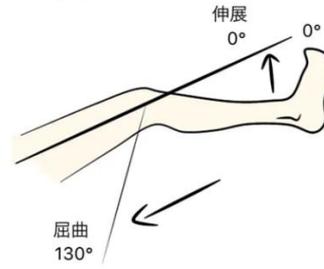


外旋・内旋



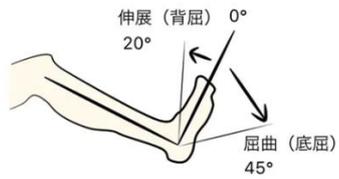
【膝】

屈曲・伸展



【足】

屈曲・伸展



※膝関節を屈曲位で行う。

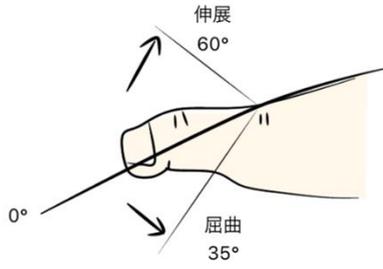
●足指

部位名	運動方向	参考可動域角度
母指	屈曲 (MTP)	35
	伸展 (MTP)	60
	屈曲 (IP)	60
	伸展 (IP)	0
足指	屈曲 (MTP)	35
	伸展 (MTP)	40
	屈曲 (PIP)	35
	伸展 (PIP)	0
	屈曲 (DIP)	50
	伸展 (DIP)	0

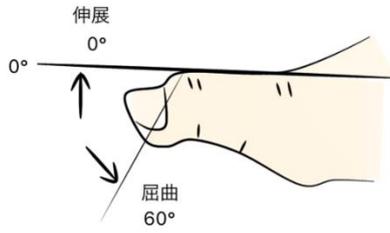
※MTP：中足指節關節

【足指・母指】

屈曲・伸展 (MTP関節)

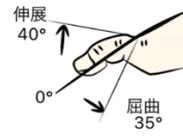


屈曲・伸展 (IP関節)

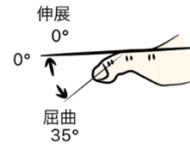


【足指】

屈曲・伸展 (MTP関節)



屈曲・伸展 (PIP関節)



屈曲・伸展 (DIP関節)

