

パーツの組み合わせでリラクゼーション(弛緩)やトラクション(牽引)など用途別に使用します。懸架ポイントと身体装置ポイントを変化させることにより、運動の経路と関節への負荷量や運動形態が調整できます。スリングロープの懸架ポイントが運動の支点となり、身体装置ポイントで運動の軌跡を描くことにより、エクササイズやトリートメント時に関する利用者の身体のポイントを抗重力でサポートします。

### 脳血管疾患などへの応用



脳血管障害では、麻痺側をスリングすることにより、利用者がリラックスした状態でエクササイズに望めます。また、セラピストへも楽にかつ適切な運動指導が約束されます。スプリントを併用すれば、安定した効果的なエクササイズが施行できます。座位保持、立位保持、重心移動などの障害には、状況に合わせたアプローチの変化への対応も可能です。

### 運動器疾患への応用



運動器疾患では四肢や体幹をスリングすることにより、筋肉をリラックスさせることができ、効果的なストレッチングやモビライゼーション、早期からのアクティブな関節可動域訓練が行えます。段階に応じて、オープンキネティックチェーンでの筋力強化やスタビライゼーションエクササイズを施行することができます。

### スポーツへの応用



四肢や体幹の筋力強化、インナーマッスルのスタビリティーエクササイズを効果的に施行できます。ロープの長さや立ち位置を変化させることにより、負荷量を段階に応じて漸増して行くことができます。また、エアースタビライザーやバランスボールを組み合わせれば、高度なバランスエクササイズが体感できます。

### 心大血管と呼吸器疾患への応用



呼吸器への効果的なストレッチ、頸部や胸部および肩甲帯のモビライゼーションにより呼吸循環機能の改善を図ります。また、スリングを保持したバランスパッド上では、心肺持久力向上のエクササイズが望めます。

### 介護予防と在宅への応用



介護予防に必要な柔軟性の改善や強化、バランスエクササイズ、心肺持久力の向上など多様なプログラムを施行することができます。スリングを使用することにより、グループトレーニングとして効果的で効率の良い介護予防プログラムが実現します。

## スリングの効果

- ①レッドコードのストラップとスリングは適度な不安定感を提供します。この感覚が筋のスタビリティーや筋骨格系の制御訓練に効果をもたらし、神経筋の有効な訓練に繋がります。
- ②利用者はこのツールにおいて、簡単に全身訓練を行うことが可能です。
- ③負荷漸増原理を活用することにより、利用者にあった負荷レベルが段階的に設定され、個々のモチベーションを高めることができます。