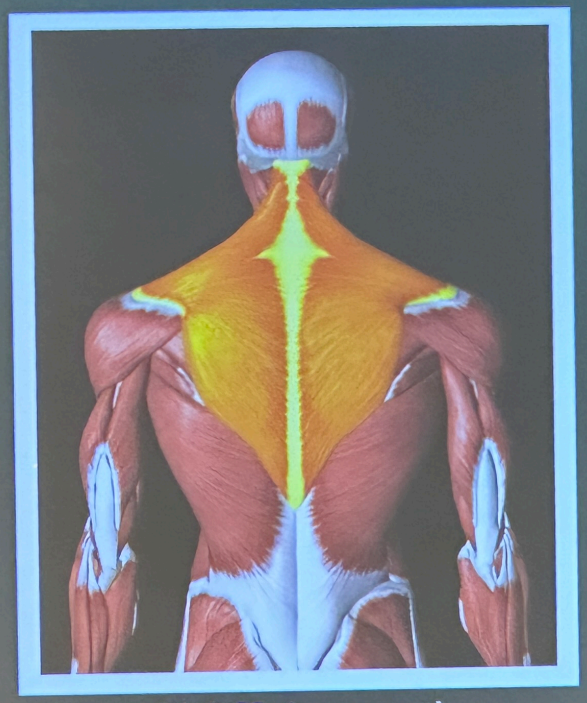
頸痛拆解



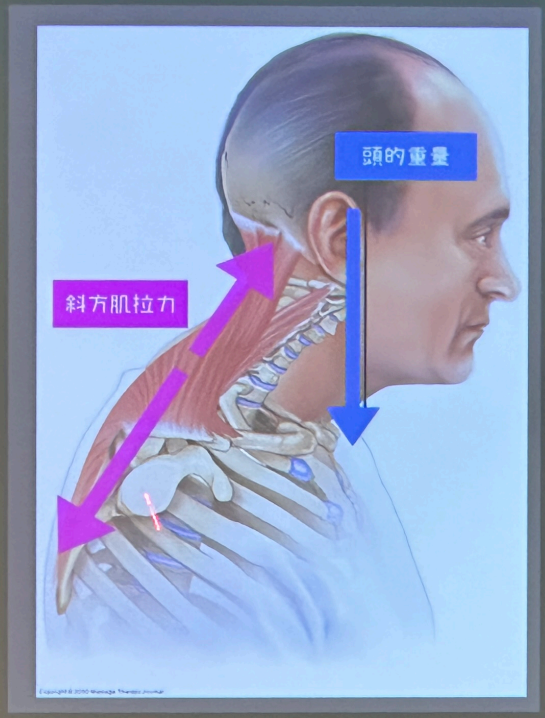
斜方肌（trapezius）

斜方肌位於頸背部
由頭顱枕骨連接兩邊肩胛骨
再延伸至下胸椎

主要協助頭、頸、背
維持直立姿勢

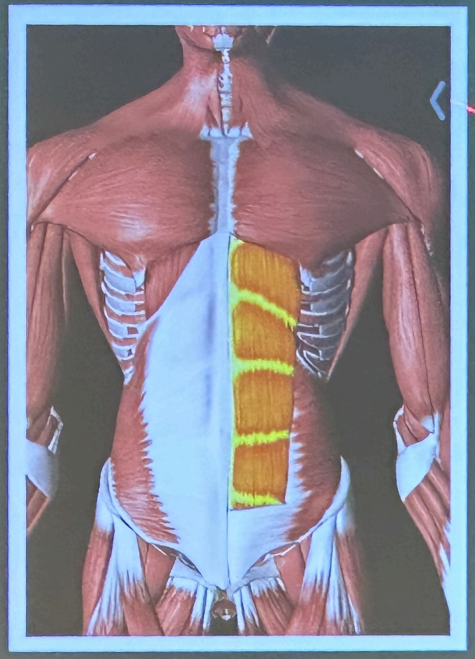
斜方肌疲弱乏力時
會導致肩頸膊痛

頸痛拆解





肌肉拆解



腹直肌
(rectus abdominis muscle)

腹直肌位於我們的腹部
由肋骨、胸骨連接到
我們的恥骨

主要穩定腹腔、盆骨
維持直立姿勢

斜方肌疲弱乏力時
會導致肩頸膊痛

背痛拆解



長期不良久坐姿勢
引致駝背彎腰等現象

腹直肌因而受到壓縮
久而久之會逐漸變短
在腹部筋膜間造成黏連

腹部筋膜變得緊繃
令腰椎處於長期受壓狀態
進而觸發腰痛危機


治療項目
電子射頻筋膜刀