

◎X脚について

大腿部および膝部にすき間がなく、
踵はすき間があり離れている状態。

前面から見た際に、膝蓋骨が内向きの場合と
膝蓋骨が外向きの場合がある。



膝蓋骨が外向きの場合・・・改善があまり期待できないので要注意・要説明
膝蓋骨が内向きの場合・・・改善が可能。ただし膝の当たり感が残ったり、
踵が完全には付かない事がある

施術を行う際は、テスト(O脚と同じ)をしてきちんと説明したうえで行ってください

- ・X脚の方は捻じれ感は小さめでOタイプ程度の捻れ感の方が多い
- ・O脚は大腿部のみ内旋しているが、X脚は大腿・下腿とも内旋している事が多い
- ・O脚の方はほとんどの場合外側荷重だが、X脚の方は内側荷重の場合がある
- ・O脚の方同様前方荷重なので要修正
- ・姿勢はO脚の方と同じで、出尻・そり腰・下半身前傾・上半身後傾なので要修正
- ・施術はO脚矯正に準ずる
- ・ブロックはかなり厚みが必要
- ・O脚は踵がついている状態で大腿・膝・下腿のすき間を見るが
X脚は大腿・膝がついている状態で踵のすき間を見る

