

# 第2回 スポーツメディスンフォーラム

会期 : 2011年2月6日(日)

会場 : 慶応義塾協生館 藤原洋記念ホール (神奈川県横浜市)

参加者 : リハビリテーション部 渡辺 裕介、中畑 晶博

## ドーピング防止活動の進歩

○2011年禁止表の捉え方

日本医科大学薬理学 鈴木秀典

○ホルモンによるドーピング

三菱科学メディエンス アンチドーピングセンター 蔭山信二

○競技者生物学パスポート

丸紅健康開発センター 山澤文博

薬物ドーピングにおける最近の傾向でした。最近では、ホルモン関連物質によるドーピングが脅威となる可能性があります。ホルモンは人が生成している物質であるため、使用しても発覚しにくく、確証をもてる検査がなかったとのこと。しかし、近年ではホルモン関連物質に対するドーピングに対しての検査体制が進歩してきており、その検査方法が報告されました。また、今後ドーピングを防ぐために各競技者個人個人に生物学パスポートを作成することによって、長期的なデータをとることによりドーピングを防ぐことも立案されていました。

## スポーツ現場で役立つ運動器エコー

気仙沼市立病院 整形外科 高橋 周

肉離れや足関節捻挫、少年野球肘などの運動器エコーの見方やスポーツ現場での使用経験についての話などがありました。

エコーの利点として、持ち運び可能、安価、待ち時間の短縮、動きながらの描出が可能、軟部組織の描出が得意などあげられます。今後の評価ツールの1つとして期待されるものでありますので、機会があればまた学んでいきたいと思っております。

## パフォーマンスのスポーツメディスン：

### 動的バランス向上と加速度トレーニング

大阪大学 整形外科 中田 研

パワープレートというトレーニング機器の効果に関する講演でした。

パワープレートとは、足のゴム板が3次元（前後、左右、上下）に不定のリズムで動くものです。現在までの報告としては、バランス能力向上や筋力向上に効果があると言われていました。今回の講演では、より難しいバランス能力の向上に効果があるという結果を示していました。当院にもこの機器はあるので、今後積極的に使用していきたいと思います。

### 運動期に基づいた機能改善とパフォーマンス向上

○運動器に基づき、繰り返し動作に着目したパフォーマンス向上

-エコロジカルトレーニングについて-

マーレ接骨院 吉田雅司

○運動連鎖から考えるリハビリテーション

首都大学東京人間科学研究科 跡見友章

○整形外科クリニックにおけるトレーナーの役割 物理学的視点での学習と通じて

医療法人アレックス 中村 崇

リハビリの現場における発表でした。エコロジカルトレーニングとは効率的な関節運動を行い、筋や腱にかかる負担を減らすことでオーバーユースによる傷害の予防やパフォーマンスレベルの向上させる目的のトレーニングということでした。

運動連鎖とは、人間が一つの動きに対し足、膝、股、体幹、肩と各関節が連動することをいいます。歩く中でも膝を捻るにあたり、必ず足や股関節、骨盤や背骨に動きが生じてきます。そのため、一つの関節を治療するにあたり、一つだけの関節をみるのではなく、他の関節の動きを同時に考え治療することが大切という発表でした。

アレックスの中村先生の発表は、トレーナーと理学療法士との連携がなかなかうまくいかないことから、どのようにして共通理解を得るのかといった内容でした。そのために、解剖や生理学を基礎に物理学的な視点を共有することを実践したという報告でした。その他にまた、医師や看護師、理学療法士、トレーナーといった各職種が他職種の考え方や視点を色々な場で知る事も大切であるとのことでした。

今回の、学会によってまた一つ自分の視点や引き出しを増やすことが出来ました。

今後の治療や院外活動において、今回学んだ事を活かしていきたいと思います。