

## 【スポーツドクター：「スポーツ傷害・外傷」】

### 高知県におけるスポーツ障害の実際

高知県スポーツドクター協議会 川上照彦

スポーツ障害とはスポーツ時における怪我・外傷など、いわゆるスポーツ傷害と、毎日繰り返される運動による、minor trauma（微少外傷）によって徐々に起こってくる慢性的な痛みを主体とするスポーツ障害の両者をいいます。では、実際のスポーツ障害にはどのようなものがあるのか、平成 11～15 年度の高知県のデータを基に述べたいと思います。

#### 【高知県におけるメディカルチェックの概要】

これは、高知国体前より、医師会やスポーツドクター協議会、(財)高知県体育協会よりなる高知メディカルチェック委員会と高知県立青少年センターにより、国体強化選手を中心に調査してきたものです。このメディカルチェックでは、アンケートとして、内科、整形外科的疾患を問わず、既往症や現在病院に通っている疾患の有無、現在の症状について聴くとともに、整形外科的には筋肉の緊張度を調べ、障害の有る者については簡単な診察を行いました。内科的には心電図検査や簡単な血液・尿検査を行い、整形外科、内科的に異常があり二次検査の必要なものについては、後日レントゲンを含め、より詳細な検査を行いました。対象は国体選手、国体強化選手で、中学生から成人まで全てを対象としています。対象人数は、今回検討した平成 11～15 年度については総数で 2,472 名でした。

整形外科的障害については、怪我・外傷も含め、障害を部位別に、腰部、大腿部、膝部、下腿部、足部に分け、また、障害の時期についても、かつて障害があり治療したことのある既往障害（表 1）と、現在治療中、または、治療はしていなくても現在ある症状について（表 2）検討しました。

#### 【メディカルチェックの結果（上肢を除く整形外科的疾患について）】

##### 1) スポーツ障害（既往障害）

メディカルチェックを行った 2,472 名中、腰部に障害を有しているものが 351 名 14.2%、大腿部 74 名 3.0%、膝部 263 名 10.6%、下腿部 49 名 2.0%、足部 508 名 20.6%で、足部に最も多く、次いで腰部、膝部の順でした。

（表 1）

	既往障害				
	腰部	大腿部	膝部	下腿部	足部
総計					
2472	351	74	263	49	508
%	14.2%	3.0%	10.6%	2.0%	20.6%

## 2) スポーツ障害(現病歴・自覚症状)

(表 2)

現在治療中、または、治療はしていても現在有る自覚症状についての調査では、腰部 270 名 10.9%、大腿部 40 名 1.6%、膝部 166 名 6.7%、下腿部 31 名 1.3%、足部 168 名 6.8%で、腰部に現在症状を持っているものが最も多く、次いで、足部と膝がほぼ同数でした。

	現病歴・自覚症状				
	腰部	大腿部	膝部	下腿部	足部
総計					
2472	270	40	166	31	168
%	10.9%	1.6%	6.7%	1.3%	6.8%

## 3) スポーツ障害(既往障害・現病歴・自覚症状)

(表 3)

既往障害も含め何らかの障害を有するもの、即ち、上記の二つをまとめた結果では、腰部 484 名 19.6%、大腿部 98 名 4.0%、膝部 344 名 13.9%、下腿部 68 名 2.8%、足部 587 名 23.7%で、足部に最も多く、次いで腰部、膝部の順でした。

	既往傷害・現病歴・自覚症状集計				
	腰部	大腿部	膝部	下腿部	足部
総計					
2472	484	98	344	68	587
%	19.6%	4.0%	13.9%	2.8%	23.7%

## 4) 既往障害があり、現在も何らかの障害を有しているもの

(表 4)

	腰部	大腿部	膝部	下腿部	足部
既往傷害	351	74	263	49	508
既往障害が有り、現在も症状のあるもの	137	16	85	12	89
既往傷害に対する比率	39.0%	21.6%	32.3%	24.5%	17.5%

既往障害が現病歴・自覚症状に影響するのどうか検討しました。腰部では、既往のある 351 名中 137 名 39%が現在も治療中ないしは症状を有しており、大腿部では 21.6%、膝部 32.3%、下腿部 24.5%、足部 17.5%で、腰部、膝部共に 30%を超えており、腰部、膝部については初期治療が重要であり、症状が慢性化する傾向にありました。足部は足首の捻挫等、外傷が主体であるのか、慢性化する率は一番低い値でした。

### 【スポーツ障害の種類】

では、どのようなスポーツ障害が多いのか部位別に見てみると、腰部では椎間板障害や腰椎分離症が多く、大腿部では肉離れ、膝部では靭帯・半月板損傷、オスグットシュラッター病(膝蓋腱附着部の障害)、ジャンパー膝、下腿部ではシンスプリント(筋肉附着部の炎症)、肉離れ、疲労骨折、足部では捻挫、疲労骨折などが主な疾患でした。

少しわかりにくいと思いますので、今後これらの疾患につき、順次、どのようなものか、原因、予防法、治療法につき述べていきたいと思っております。