

本誌では、これまで28巻の「障害予防」を皮切りに、予防に関して4回の特集を組んできた。本特集では、さらに一歩進んで、一次予防に関する具体的な研究・実践に取り組んでいる理学療法士によって、概要に加えて、スポーツ傷害、介護・転倒予防、産業保健、学校保健の領域での現状と自験例を含めて、具体的な効果と可能性を示していただいた。

■理学療法からみた「予防」の取り組みと効果(植松光俊, 他論文)

理学療法からみた「予防」の取り組みと効果について、健康増進、疾病予防、運動実施をキーワードとして、生活習慣病、学校、高齢者、女性、メンタルヘルス、労働者、行政という観点から取り組みと可能性について解説した。また、地域包括ケアシステムにおける理学療法モデルについても提言した。

■スポーツ傷害における理学療法からみた予防プログラムの取り組み(栗原智久, 他論文)

予防効果が報告されているバスケットボールやサッカーなどのスポーツ傷害の特徴は、下肢傷害が約半数を占め、前十字靭帯(anterior cruciate ligament: ACL)損傷などの膝関節傷害は女性に多く発生している。われわれは女子選手に対して①知識教育、②アライメントチェック、③実技指導で構成された予防プログラムを行っている。介入後、ACL損傷は68%減少し、着地動作時の下肢キネマティクスの変化が見られたことから、予防介入によりACL損傷のリスクが軽減することが示唆された。

■介護・転倒予防における理学療法からみた取り組み(山田 実論文)

介護予防は理学療法士が専門性を発揮すべきフィールドであり、今後ますますその需要は高まろうとしている。しかし現状では、理学療法士が社会の期待に十分に答えているとは言いがたい。フレイル予防や転倒予防の関連領域では、世界各国より既に多くの研究成果が報告されており、これらの情報を適切に処理しながら対策(介入)につなげていくことが重要である。

■産業保健領域における理学療法からみた予防の取り組み(上村一貴, 他論文)

産業保健の対象となる勤労者の健康問題は、個人の生活の質の低下だけでなく、労働生産性の低下や、医療費の増加などを通じ社会全体の経済的損失を引き起こす。本稿では、勤労者の健康障害として代表的な、作業関連性筋骨格系障害や抑うつを中心としたメンタルヘルスの不調に関する学術的・臨床的知見と、理学療法アプローチの可能性について紹介する。

■学校保健領域における理学療法からみた予防の取り組み(粕山達也論文)

子どもを取り巻く環境は日々変化しており、肥満児の増加や部活動におけるスポーツ障害などさまざまな問題が存在する。身体活動量の増加やスポーツ障害の予防は、学校保健において理学療法士が専門性を活かして問題解決できる重要な分野である。理学療法士が学校保健にかかわるうえで重要な視点と筆者の具体的な取り組みを紹介する。