

エキスパートとは専門家、達人などとされる。運動器疾患を総じていえば理学療法の対象疾患として最多と考えられるが、種類や頻度が多いということはさまざまな考えがあって当然である。またエキスパートの評価、エキスパートの治療には何か違う点があるはずである。エキスパート独自の観点があり、独特の哲学も見え隠れする。投球動作、関節唇損傷、アキレス腱炎、下肢スポーツ障害、腰痛をそれぞれの題材として、身体相互の関係性における評価や治療のポイントについて専門的観点から紹介する。

■障害予防とパフォーマンス向上をめざした投球動作(石井壮郎論文)

筆者はスポーツ現場と医学と理工学との重なる学際領域に立っており、本稿ではこのような立場から論を展開していきたい。はじめに、投球障害の研究を読み解くうえで一般的な注意点を記載し、続いて筆者の研究結果から導いた「パフォーマンスを考慮しつつ障害を防止する投球動作」を供覧する。動作は、全体像や流れがわかるようにできる限り視覚的に表現した。

■関節唇損傷と肩関節動作(山口光國論文)

関節唇損傷に対するセラピーは、関節唇損傷そのものを改善させることではなく、再発防止も含め、関節の安定化メカニズムの再構築を図ることを目的とし、安定化メカニズムにかかわる問題因子の抽出と対応を図ることが基本となる。本稿では、特に肩甲骨関節窩面の調整機能に着目し、肩甲上腕関節の安定化メカニズムをあらためて見直し、関節唇損傷に対し、臨床でどのように考え、対応すべきかを考察した。

■アキレス腱炎の予防とインソール(入谷 誠論文)

アキレス腱炎およびアキレス腱周囲炎、付着部炎の理学療法において重要な点は、足部構造のタイプを見極め、それぞれに応じた方法で足部にかかるメカニカルストレスを減じることである。本稿では、アキレス腱炎のメカニカルストレスとその観察・評価方法、入谷式足底版の処方仕方、テーピングの方法、トレーニング方法について解説する。

■下肢スポーツ障害の予防と動作の見方(尾崎 純, 他論文)

下肢スポーツ障害は、それぞれのスポーツによって生じる外力と、選手個々の身体環境問題の両面を捉える必要がある。身体環境の問題は、下肢のみならず骨盤帯と脊柱を含めた複合体として評価する必要がある。それらの運動連鎖によって生じる関節モーメントを理解しなければならない。本稿では骨盤帯-脊柱に生じる機能障害と関節モーメントに着目し、その評価から治療・予防までの実践例を紹介する。

■スポーツにおける腰痛予防と動作管理(蒲田和芳論文)

アスリートの腰痛は多くの内的・外的因子によって起こり、その発症メカニズムは複雑である。マルアライメントがもたらす応力集中が腰痛発生に関与しているという仮説に基づき、機械的腰痛をマルアライメント症候群の一つとみなすことが可能である。そして筆者は、マルアライメントを引き起こす原因の治療や修正を主体とするリアライン・コンセプトの治療理論を提唱している。腰痛予防には、原因因子の解消を意図したプログラムを日々実施することが有効であると思われる。