

特別講演

スポーツ障害に対する PNF

～医療現場・スポーツ現場での PNF の活用～

南芦屋浜病院

田中 敏之

第 18 回東京オリンピック競技大会開催の翌年にあたる 1965 年は、わが国に理学療法士及び作業療法士が誕生した年にあたります。1979 年に関東労災病院に日本初のスポーツ整形外科が開発され、1982 年には日本体育協会公認スポーツドクター制度が発足しました。

以後、スポーツ整形外科医と専門医療機関が増すとともに、理学療法士がメディカルリハビリテーションの段階からスポーツ障害を治療する機会も増加しています。

更に理学療法士・作業療法士の活動の場は医療機関にとどまらず、スポーツ医科学の専門施設、プロスポーツや実業団、大学や地域におけるスポーツ選手の健康管理へと広がっています。日常業務とは別に、理学療法士がさまざまなスポーツ大会で医務班の一員として活動する機会も増えて、スポーツ医療における理学療法士の認知度が高まってきました。

理学療法士とスポーツについて、どのように関わるのかと疑問である方もいると思いますが、怪我から復帰までのリハビリテーションはもちろん、外傷・障害予防やパフォーマンスアップの為にトレーニングなどを指導するときに関わり、理学療法を活用することができます。近年では、スポーツ障害に対する取り組みだけでなく、障害の予防に重点を置き、積極的に予防医療を展開していく傾向にあります。そこで、PNF がいかに医療現場及びスポーツ現場で活用できるのか、さらに考えていく良い機会になっているかと思えます。

東京 2020 オリンピック・パラリンピック競技大会の開催まで、あと 2 年を切りました。オリンピック・パラリンピックだけでなく、国際競技大会やスポーツ関連事業に、我々理学療法士・作業療法士が、医療現場及びスポーツ現場において、対象者に有益な活動を行っていくためには、必要となる知識・技能を習得しておく必要があります。

スポーツ現場では、監督やコーチを始め、多くのプロフェッショナルがサポートに関わっています。その中で解剖学や運動学に強みを持つ理学療法士が上手く連携して活動できるように努めることが必要です。