

(演題名) 発育期における腰部スポーツ障害～診断と治療の最前線～

徳島大学大学院ヘルスバイオサイエンス研究部 運動機能外科学 教授 西良浩一

スポーツ外来では発育期の腰痛患者も多く、その中でも腰椎分離症は最も頻度の高い症例である。そして腰椎分離症は繰り返される腰椎運動がもたらす疲労骨折といわれ、国民の6～8%(約1,000万人)が有しているといわれ、スポーツ選手においてはその割合が10～30%に跳ね上がる。こうした発育期の腰痛患者の特徴は共通して体が硬いことがあげられ、ハムストリングスが硬いと膝や足などに障害が起こしやすくなり、とくに腰への影響が大きく、腰痛の原因となる。腰椎分離症は子ども時代に生じると腰痛を併発するが、骨の成長が止まれば痛みが生じることは少ないとされており、一流のスポーツ選手の中には腰椎分離症を既往症に持つ人も少なくなく、正しい対応をすることでスポーツの分野で活躍することも十分可能である。今回は、そういった発育期における腰部スポーツ障害の診断と治療の最前線について克服法等含めて最新の話題を紹介する。