

『トップスポーツ選手における筋損傷や筋痙攣・筋性疼痛に対する診断と治療戦略』

JFA(日本サッカー協会)スポーツ医科学委員

医療法人社団 愛友会 上尾中央総合病院 スポーツ医学センター長 大塚 一寛

トップスポーツ選手における筋挫傷（肉離れ）は初期診断において、MRI と echo による『奥脇の分類』による病型診断と共同腱損傷の有無の判断が肝要である。また治療期にはベースにある機能不全を改善させないと再発のリスクは極めて高い。他に筋痙攣（クランプ）の成因と対策、筋肉痛・筋膜炎の診断と対策について述べる。