

第35回 日本整形外科学会スポーツ医学学会学術集会 ランチョンセミナーV

日時

2009年9月26日(土)
12:00～13:00

会場

ベイシア文化ホール(群馬県民会館)
402・403会議室 第2会場

〒371-0017 群馬県前橋市日吉町一丁目10番地の1
TEL:027-232-1111 FAX:027-232-1115

アイシング、テーピング、 アスレチック リハビリテーションのコツ

座長

岩本 幸英 先生

九州大学大学院医学研究院整形外科学 教授

演者

栗山 節郎 先生

日本鋼管病院 副院長

【認定単位】

日本整形外科学会専門医資格継続単位:1単位

受講必須分野 02:外傷性疾患(スポーツ障害を含む)

13:リハビリテーション(理学療法、義肢装具を含む)

日本整形外科学会スポーツ医資格継続単位:1単位

研修カリキュラム 24:捻挫とテーピング(理論)

日本体育協会公認スポーツドクター義務研修単位:1単位



「実践アスレチックリハビリテーション」(南江堂)より転載

共催 第35回 日本整形外科学会スポーツ医学学会学術集会
三笠製薬株式会社

アイシング、テーピング、アスレチックリハビリテーションのコツ

演者 栗山 節郎 先生 日本鋼管病院 副院長

アイシング・テーピング・基本的アスレチックリハビリテーションなどは、スポーツ整形外科治療の基本で入り口であるが、医師がスポーツ現場に立ち会うことが少ないため、またスポーツ現場ではトレーナーや選手自身などが、病院では理学療法士が行うために、「スポーツ・ドクター」でも実際にはこれらができない医師が多い。

スポーツによる急性の外傷や慢性の障害の初期治療は、スポーツの現場で行われることが多い。医師を含む医療職でも、スポーツの現場では十分な医療設備がないために、応急処置的に行うことが多い。この時に正しい方法で行わないと、その後の損傷の回復に大きな影響になる。外傷の処置としては一般的には「RICE処置」が行われる。「R=安静、I=氷冷、C=圧迫、E=高举」である。これらのスポーツ現場での実践的方法を解説する。

テーピングは最も基本的なスポーツによる捻挫などに対する応急処置であり、病院で行えば治療に、またリハビリテーションとしても行う。同じ足関節の捻挫でも症状や損傷部位や程度によってテーピングの方法を考慮する必要がある。また、膝などの慢性痛に対して、正確な診断の元に、バイオメカニクス的に考慮したテーピングを行うことで、疼痛を和らげて運動には支障が少ない方法を、選手ごとに考慮する。

アスレチックリハビリテーションは、スポーツへの早期復帰を目指した実践的な治療方法である。「選手ごとに、傷害ごとに、傷害の治癒過程に合わせて、リスクと安全性」を考慮したメニューを作る。各種スポーツ動作に必要な運動能力を高めて、同じ障害を再発しない方法を考慮する。スポーツ現場や外来治療で簡単に指導できる方法もある。

これらについて、実践的な動画によって解説する。

| 職 | 歴 |
|-------|--------------------------|
| 1978年 | 昭和大学医学部卒業 |
| 1986年 | 日本鋼管病院整形外科医長、理学診療科医長 |
| 1990年 | 理学診療科長 |
| 1995年 | 整形外科長、理学診療科長、昭和大学医学部兼任講師 |
| 2003年 | 副院長、整形外科統括部長、昭和大学医学部客員教授 |

| 専 | 門 | 医 |
|---------------------------------------|---|---|
| 日本整形外科学会認定医、 日本リハビリテーション医学会認定医・専門医 | | |

| 専 | 門 |
|---|---|
| スポーツ医学、膝関節鏡手術、 リハビリテーション医学 | |
| '88,'92,'94,'98,'02, 冬季オリンピック・スキートームドクター | |

【参考書籍】

- ① 実践アスレチックリハビリテーションText&CD(栗山節郎監修、南江堂)
- ② DVDでみるテーピングの実際(栗山節郎著、南江堂)
- ③ DVDでみるアスレチックマッサージの実際(栗山節郎著、南江堂)
- ④ ストレッチングと筋の解剖(栗山節郎監訳、南江堂)