

研究課題: 大学競技選手において体力的要素はスポーツ損傷の予測因子になり得るか?

研究代表者: 鴻崎香里奈

スポーツ競技において、体力要素(筋力、柔軟性、全身持久力など)はパフォーマンスの向上、さらにはスポーツ損傷予防のために必要不可欠な要素であると考えられていおり、これらの項目の評価なども実施されている。特にスポーツ損傷は競技者の競技生命を脅かす一因となるため、予防が非常に重要となる。しかしながら競技種目に特化した体力要素や、部位を限定した調査が大半を占めており、様々な競技を対象として大規模な損傷調査や体力測定を実施している研究は見当たらない。したがって本研究では、様々な部活動に所属する学生を対象にアンケート調査を実施し、スポーツ損傷の発生割合を把握することを目的とした。

(方法) 本学部活動に所属する競技者 252 名に対してアンケート調査を実施した。質問内容は 1) 損傷部位、2) 損傷時期、3) 受傷機転、4) 損傷-復帰までの期間を回答してもらい、その結果からスポーツ損傷の頻発部位や、損傷組織などの結果を抽出した。

(結果) 252 名の大学競技選手に対して損傷調査アンケートを実施した結果、損傷既往ありと回答した競技者が 177 名、損傷既往なしと回答した競技者が 74 名であった。損傷名が不明確であったり、未記入であった場合は除外し、最終的に 58 名の競技者のアンケート結果を集計した。集計結果は、下肢の損傷が大半を占めていた。さらに損傷組織は骨損傷が最も多かった。特に駅伝競技者が下肢損傷の 4 分の 1 以上を占めていた。この結果が下肢損傷が多数を占めていた要因であると考えられる。また慢性の障害が半数以上を占めていたため、今後は慢性の障害の要因となる体力要素を測定したり、損傷調査を縦断的に追跡する必要がある。

(結論) 大学競技選手におけるスポーツ損傷の既往及び現病歴に関する調査を実施したところ、下肢に頻発しているという結果が得られた。また、スポーツ損傷を急性の損傷と慢性の損傷に分類したところ、慢性の損傷が半分以上を占めていた。