

平成22年12月学術講習会

(公社) 日本鍼灸師会 主催

厚生労働省後援 通算 708 回

(2010.12.12)

演題および講師

婦人科疾患

I. 「更年期障害と脂質・血圧異常」

飯田橋レディースクリニック 院長
東京女子医科大学産婦人科 非常勤講師 岡野 浩哉

スポーツ鍼灸

II. 「スポーツ障害と鍼灸臨床」

ートップアスリートから学ぶー

社団法人 長野県針灸師会 学術部長 井出 勇次

「更年期障害と脂質・血圧異常」

岡野 浩哉

更年期とは、女性の加齢の過程における生殖期から非生殖期への移行の期間を指します。閉経とは、月経が閉止する現象そのものを指し更年期に起きる中心点な現象です。この時期にいわゆる“更年期障害”と呼ばれる器質的变化に起因しない多種多様な症状が現れます。その主たる原因は卵巣機能の低下ですが、これに加齢に伴う身体的変化、精神・心理的な要因、社会文化的な環境因子などが複合的に影響することにより複雑な症状を呈するのです。

一方で、この年代を単に更年期障害の発現時期としてみるにとどまらず、女性

の健康を評価する機会としてとらえようとする考えが始まっています。女性に対し健康増進への関心を高め、その必要性を知らしめる機会、各種疾病の予防的手段にでる絶好の機会としてとらえるのです。これは世界的な動向であり、人口構造の変化にも関係しています。

具体的には、更年期より病態の温床が始まる疾患として、骨粗鬆症、心血管系疾患、肥満、糖尿病などが挙げられます。何故温床がで始めるかという、閉経まで女性は女性ホルモン(エストロゲン)で守られているからなのです。エストロゲンが喪失すると、骨では破壊が進みとても脆くなり、ちょっとした転倒でも骨折してしまうようになります。血管では動脈硬化が進みます。脂肪は蓄積されやすくなり、インスリン抵抗性が出てきます。他にも皮膚や脳機能などにも強く影響していることが知られています。

更年期障害も含めこれらを一度に改善に向かわせることができる治療法として、ホルモン補充療法(HRT)が再認識され始めています。乳がん増加などのまだまだクリアしなくてはならない課題もありますが、より安全な HRT が模索されています。また、糖尿病と心筋梗塞など生活習慣病どうしが実は強く関連し合っていることが近年明らかとなってきました。個々の疾患を診るのではなく、一個人をトータルに診ていくという医療本来の姿に再び回帰する傾向が西洋医学でも再認識されています。



飯田橋レディースクリニック 院長
東京女子医科大学産婦人科 非常勤講師 岡野 浩哉

「スポーツ障害と鍼灸臨床」ートップアスリートから学ぶー

井出 勇次

(はじめに)

鍼灸師を目指す社会人、学生さんが増えてきている。

スポーツトレーナー、スポーツ鍼灸に興味があり、将来スポーツ分野で活躍したい、また学生時代にスポーツ障害を経験し、鍼灸院に通った経験から鍼灸師を志す学生さんもいる。

スポーツ人口も老若男女問わず増える一方、スポーツ傷害（外傷。障害）によって身体的、精神的に苦痛にさいなまれているスポーツ選手、スポーツ愛好家もいるのも現状である。そんな中、スポーツ障害に対する鍼灸受診率が増え、治療のみならず、傷害予防に努めて来院されるケースも増してきている実感もある。

来院される選手は、大半は痛みを主症状とします。捻挫といった急性期から、日頃のトレーニングで痛めたものが多く、何週間、何か月も前から痛めていて、そのままトレーニングを続け試合に臨んでいる選手もいます。これでは十分なパフォーマンスを生み出し結果を出すことはできません。

痛みのある部分にだけ集中して施術が行われ、一時的に軽減はされるものの、障害の根本的原因が何であるか、正確な診断、確認がなければ根本的治療にはなりません。

今回トレーナー活動経験から、スポーツ傷害に対する理解、代表的なスポーツ障害の疾患、病態、障害の予防としてコンディショニングの重要性などトップアスリートから学んだスポーツ鍼灸をご紹介します。



社団法人 長野県針灸師会 学術部長 井出 勇次