

平成23年7月学術講習会

公益社団法人 日本鍼灸師会 主催

厚生労働省後援 通算 714 回
(2011.7.24)

演題および講師

スポーツ医学

I. 「膝関節の画像診断」

ースポーツ傷害から変形性膝関節症までー

慶應義塾大学 看護医療学部 大学院健康マネジメント研究科 教授

医学部スポーツ医学総合センター(兼担) 医学部整形外科(兼担) 大谷 俊郎

スポーツ医学

II. 「スポーツ鍼灸の取り組みとその考え方」

ー標準予防策と鍼治療ー

呉竹学園東洋医学臨床研究所 所長 医学博士 古屋 英治

「膝関節の画像診断」

ースポーツ傷害から変形性膝関節症までー

大谷 俊郎

運動器の画像診断はここ数年で大きく進歩しました。その中核を成すのはMRIの進歩です。今回は私の専門である膝関節疾患を中心に、画像診断についてお話しいたします。

膝関節に生じる様々な疾患において、病態の正確な診断は正しい治療や再発予防の第一歩です。患者さんの話を詳細に聞いて（問診）外傷や障害の発生状況を把握し、そこから想定される疾患を幾つか思い描いて（鑑別診断）、

実際に患者さんに触れて（診察、徒手検査）関節の状態を診断するという手順自体は、今も昔も何ら変わりありません。しかしながら、若いアスリートに生じるスポーツ外傷から中高年の女性に好発する変形性膝関節症までの幅広い年齢に生じる様々な疾患において、従来あくまで補助診断法であった画像診断が、近年のMRIの進歩によって、もはや単なる補助診断法とは呼べないほど重要な検査法になりました。

一例をあげれば、受傷直後の膝関節前十字靭帯（ACL）損傷急性期では、関節血腫や疼痛のために患者さんの脱力が困難で、検査する医師がどんなエキスパートであっても徒手検査で関節の動揺性を正確に検出することは困難です。したがって診断の確定は、MRIで行われることになります。また、近年その頻度が急増している骨粗鬆症性不全骨折や特発性あるいは二次性骨壊死も膝関節に多発しますが、初期には単純X線写真では診断不能で、MRIで初めて確定診断が可能です。このような疾患は、診断が確定しないと治療方針を誤り易く、時には患者さんに不適切な治療が行われたりする原因になります。

今回は代表的な症例を供覧する形でそれぞれの疾患について解説しながら、特にその画像所見についてお話する予定です。

主な内容は次の通りです。

スポーツ外傷・障害

症例1. アスリートの半月板損傷：復帰に失敗した症例。

症例2. アスリートの半月板損傷：復帰に成功した症例。

症例3. ACL損傷

症例4. アスリートの外傷性不全骨折

症例5. アスリートの母指末節骨骨折

その他の疾患

症例6. ACLムコイド変性症

症例7. ステロイド性多発性骨壊死症

症例8. 滑膜軟骨腫症

症例9. 骨粗鬆症性不全骨折（1）

症例10. 骨粗鬆症性不全骨折（2）

症例11. MRIでも診断に難渋した症例



慶應義塾大学 看護医療学部 大学院健康マネジメント研究科 教授
医学部スポーツ医学総合センター(兼担) 医学部整形外科(兼担) 大谷 俊郎

「スポーツ鍼灸の取り組みとその考え方」

－標準予防策と鍼治療－

古屋 英治

1. 呉竹学園とスポーツ鍼灸

演者が所属する呉竹学園は東京医療専門学校（東京校）、呉竹鍼灸柔整専門学校（横浜校）及び呉竹医療専門学校（大宮校）の3校体制で、専門性の高い鍼灸師の養成を担っています。なかでも東京医療専門学校は国体セーリング競技への参画を機に、1998年から本格的にスポーツ鍼灸の取り組みを始めました。引き続きトライアスロン競技への支援、ラクロス競技でのトレーナー業務へとつながり、2006年に呉竹学園附属施術所にスポーツ鍼灸外来を設置するようになりました。これが発展して2007年には呉竹学園東洋医学臨床研究所が開設され、スポーツ鍼灸専門外来、トレーナー帯同、トレーニング指導といった選手を支える組織として本格的に始動しました。教育機関に求められる『スポーツ鍼灸』は治療の効果はもちろんのこと、安全な鍼灸治療を提供するための基礎知識と実践です。本学園から輩出される鍼灸師がスポーツの現場で活躍するためには競技スポーツの環境をも熟知し、チーム医療が提供できる人材でなければなりません。

2. 『Conditioning acupuncture』

鍼灸治療はスポーツ活動に伴って発生した傷害、特に痛みの治療に用いられてきました。しかし傷害からの復帰には時間がかかり、競技の質が低下することは明らかです。私たちが提案するスポーツ鍼灸はコンディショニングのひとつとして鍼灸治療や鍼灸刺激を利用するもので、いかにすればスポーツ傷害の発生を防ぐことを目的としています。コンディショニングの時期によってその目的が変わりますが、『治未病』こそがConditioning acupunctureと言えます。即ちトレーニングや試合で疲れた体を鍼灸治療で回復させ、スポーツ活動を円滑に行えるようにするといった内容です。したがってケガにつながる小さなサインを見つけ出し、それを早期に治療します。この結果として大き

なケガの予防につなげていきたく考えています。

しかし鍼灸治療は万能ではありません。選手が希望することのすべてをかなえることはできません。鍼灸治療で「できること」と「できないこと」を明確にして、鍼灸治療を受けることで二次的に得られる付加価値を選手に示し、選手に対するトレーナビリティ（教育する）の向上を目指しています。

スポーツ領域に鍼灸治療を導入する基本としてクリティカルパスをご紹介します。選手が訴える症状からその原因を探り出し、鍼灸治療の適応を鑑別して、インフォームドコンセントを実施します。さらにアウトカムの設定、その評価としてバリエーション分析を行うことで徹底した安全管理、ホスピタリティの向上を目指す総合的な手法です。

3. 標準予防策と鍼灸治療

我が国の鍼灸治療の特徴のひとつに「押し手」があります。押し手は刺鍼動作、手技の実施さらに抜去に欠かせないもので、鍼灸治療の基本となる補瀉とも密接に関係しており、我が国の鍼灸治療の根幹をなしてきた方法といえます。この押し手を維持するうえでも日本の鍼灸治療が衛生的に行われていることをアピールする必要があります。鍼灸治療は、鍼灸医療といわれるように、安全管理として医療水準の感染防御の知識と実践が求められています。標準予防策については『鍼灸医療安全ガイドライン（鍼灸安全性委員会編 2007）』に詳しく紹介されています。

標準予防策の基本は手洗いであり、流水洗浄と擦式消毒の組み合わせは広く推奨されています。アルコールとの接触時間は30秒以上で、擦り込むことで消毒効果を発揮します。今回、この方法を再確認することにします。

標準予防策は「目に見える見えないにかかわらず血液や体液が付着している可能性がある場合には手袋を着用する」であり、患者から病気をうつされないことに細心の注意を払わなければなりません。

鍼灸治療は鍼の刺入抜去により身体に微細な傷をつけていることは明白です。したがって押し手は患者の血液や体液に触れる可能性が強く、感染の危険性が高い行為です。鍼灸医療安全ガイドラインでは「指サック」の使用を推奨しました。さらに最近是指サックから手袋（グローブ）の着用へと移行し始めました。指サックより着用に対する抵抗感が薄く、利用者の反応も良好の

ようです。使いやすいのはプルポップ式の未滅菌の手袋ですが、例え未滅菌であっても適切に着用し、消毒を行うことでより安全な鍼治療が実現します。

4. セーリング選手と腰痛

スポーツ選手を対象とした鍼灸治療は傷害の治療から傷害の予防へと進化してきました。コンディショニングのひとつとして鍼灸治療を位置づけるとトレーニングや試合で疲れた体を癒し、大きな傷害は別としても、スポーツ活動で発生した軽度疼痛の緩和を通してコンディション調整が可能です。スポーツ鍼灸では痛みの悪循環を改善して治療機転に結びつけています。

競技スポーツにおいて選手やスポーツに関わる方々に鍼治療をわかりやすく説明するには局所治療が最適です。軸索反射による血行促進作用は痛みの緩和に有効です。競技現場において鍼治療の刺激量の設定は、できる限り弱刺激として、『強いひびき』を感じさせる治療は原則禁止です。選手の持っている自然治癒力を導き出すことにします。さらに皮膚接触鍼はスポーツ選手への鍼治療に欠くことができない手技のひとつです。

セーリング選手はその動きの特徴から、他の競技選手と同様に腰痛の発生が多いようです。皮膚接触鍼は痛みや違和感が存在する筋肉と同一神経支配の皮膚領域に出現するトリハダ・発汗・冷えといった交感神経緊張症状の改善を目的として行います。皮膚接触鍼は結果的に交感神経を抑制し、痛みの悪循環を断ち切ることができます。刺激の終了の目安は皮膚がサラサラになる、柔らかくなる、皮膚がほんのり赤くなる等の変化が出れば、選手はきっと、『これでいける』といったモードに入っていくことができます。皮膚の状態を観察しながらの刺激はまさに選手の状態に合わせたテーラーメイドな治療といえます。補瀉の原理にもつながるこれらの刺激方法は、効果とともに安全性の面からも是非活用したいものです。

5. まとめ

スポーツ分野での鍼灸治療は標準予防策を実践することが、他の鍼灸師との差別化の第一歩です。また鍼治療が原因となるようなパフォーマンスの低下はすべてのシーンで厳禁です。競技現場での対応は局所治療と浅刺、皮膚接触鍼が有効です。大きなけがの治療を担うより、小さな不具合（疲労）を見つけ出し、大きなけがを引き起こす前に処置をするといった『治未病』に

専念することが大切です。またスポーツ鍼灸の考え方はスポーツシーンだけにとどまらず、その対象は高齢者を含めたすべての人々になります。なぜなら高齢者は日常生活のすべてがスポーツに匹敵するような活動になるからです。臨床の成果を上げるためには体の動きを知り、スポーツ鍼灸の実践を心がけることが必要と考えます。



呉竹学園東洋医学臨床研究所 所長 医学博士 古屋 英治

