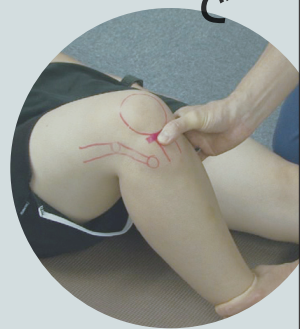


運動器検診の実施で
関心の高まる
スポーツ傷害を
徹底解説!!



子どもの訴えを聞き逃さない！
選手生命を脅かす原因を
早期発見＆治療!!

保健室・部活動で 知っておきたい スポーツ傷害

膝関節編



●解説：土屋 敢

(北千葉整形外科美浜クリニック スポーツ医学・
関節外科センター センター長／医学博士)

●実技協力：北千葉整形外科美浜クリニック

運動器検診の実施に伴い、育成年代における適正なスポーツのあり方について関心が高まっています。

そこで、保健室や部活動でぜひ知っておいてほしい膝のスポーツ傷害(外傷と障害)について、実技を交えてわかりやすく解説します。

子どもたちの体の異変を早期発見・治療し、競技を断念することのないよう、ぜひ現場で生かしていただければ幸いです。

指導・解説は、千葉県を中心に、スポーツ整形外科医として多くの選手と向き合っている土屋先生。選手の将来を考え、親身になって治療する姿勢に、多くの選手が信頼を寄せ、県内各地から集まってきました。

スポーツ傷害とは？

スポーツ傷害は、打撲や捻挫、骨折など外力によって発症するスポーツ外傷と、筋膜炎腰痛、野球肘、シンスプリント、オスグッド病、疲労骨折など使い過ぎ(over use)によって発症するスポーツ障害の総称です。

2つの高校でスポーツ傷害の内訳を調べたところ、スポーツ外傷は360例中213例、スポーツ障害は147例と、およそ6:4の割合で発症していることが分かりました。使いすぎで起こるスポーツ障害は決して少なくないのです。

また、スポーツ傷害による退部の割合で言うと、70%以上の生徒が使いすぎで起こるスポーツ障害によって競技を断念せざるを得ない現状が見えてきました。痛みが軽くなればすぐに復帰しての繰り返しで、結局100パーセントのパフォーマンスが出せず、泣く泣く競技を離れなくてはならないからです。

ケガなどのスポーツ外傷を発見することは比較的安易ですが、発見も困難かつ復帰にも時間のかかるスポーツ障害は選手生命に大きく関わるだけに、**痛みの部位を正確に確認し、生徒に伝え、きちんと受診するよう指導**することが何よりも大切です。



商品番号 **Y27-S**

全1巻 7,000円+税(送料別)

108 min

多くの日本代表サッカー選手を診てきた経験と実績から生徒たちを救います！



- スポーツ傷害とは？
- 膝のスポーツ障害の圧痛部位と好発年齢

- 10歳前後に最も注意すべき疾患
- 離断性骨軟骨炎

- 成長期の代表的な膝のスポーツ障害
- ヨハンソン病 ■オスグッド病

- 起こりやすい膝のスポーツ障害

- 腸脛靭帯炎 ■ジャンパー膝
- 半月板損傷 ■膝蓋骨脱臼

- 起こりやすい膝のスポーツ外傷

- 前十字靭帯損傷
- 内側側副靭帯損傷

診断方法と応急処置

- スポーツ障害(Over Use)とスポーツ外傷の対応

《スポーツ障害・実技》

膝の圧痛部位の確認／保健指導と応急処置について

《スポーツ外傷・実技》

動けない場合の応急処置／シーネ固定／ニーブレス

■終わりに

- ◎選手のプレイしたい気持ちと身体の痛みに向き合うとき
- ◎監督やコーチ、選手に伝えたいこと ◎養護教諭の先生方に伝えたいこと

学校現場で起こりやすい
膝のスポーツ傷害と
応急処置の方法とは？

- 症状 ●痛みの訴え方の特徴
- 治療方針 ●予防策
- 実技《圧痛部位の確認》
- 《チェックテスト》 など



弊社通販サイトで、サンプルムービー＆土屋先生のインタビューを公開中!!

ジャパンライム スポーツ傷害

検索



映像コンテンツサービス(DVD・動画配信)の企画・制作・販売

JLC ジャパンライム株式会社

03-5840-9980

FAX.03-3818-6656 <http://www.japanlaim.co.jp/>

ネット注文なら更にポイントついてお得です！
新規会員登録で1,000ポイントプレゼント!

お申込み方法：ご希望の商品名と番号を指定し、電話かハガキ、FAX、もしくはホームページにてお申し込みください。送料は1回につき500円+税となります。