# 巻　頭　言

この度はスポーツ理学療法セミナーシリーズ第１巻「ACL 損傷予防プログラムの科学的基礎」が完成し，発刊の運びとなりましたこと，いちスポーツドクターとしてお喜び申し上げます。監修の蒲田和芳氏が書かれておりますように，本書はスポーツ界での活動を志す理学療法士が集まって書かれた最新の外傷・障害の予防と治療の実践的書であります。

特に第１巻ではスポーツ医学で一番大きな問題となっている前十字靱帯（ACL）損傷を取りあげ，それを損傷予防の視点からみた最新の書であります。ACL 損傷の治療法は 1970 年代より飛躍的に進歩いたしましたが，その発生頻度は増すことはあれ，減少することはこの 30 年間一度もなかったといっても過言ではないと思います。そこで予防医学の考え方をこのスポーツ外傷にもち込むことはきわめて重要であるといえます。

スポーツ外傷に対する損傷予防（injury prevention）の重要性は 21 世紀になり北欧を中心に急速に広まってきました。2005 年に第１回の世界スポーツ傷害予防会議がオスローで開かれ，また第２回目が 2008 年トロムソ（ノルウェー）で開かれようとしております。その中でも ACL 損傷の予防は最も中核的な問題の１つです。

本書第１巻では，疫学的側面，危険因子，発症メカニズム，そして予防法などの各側面から多数の文献を引用し，いわゆる meta analysis の形で詳細な検討を科学的に加えております。特に発生頻度が男女で大きく違い，明かな性差がみられる点，また非接触性損傷が多く，カッティングやジャンプの着地などの減速局面や，方向転換動作時に生じること。その時重心がやや後方に落ち，膝屈曲，外反，足部外旋位であることなど，多くの共通項がこれまでの研究から見出されており，バイオメカニクス的視点からの受傷原因の解明がなされてきております。またこれらの受傷要因を考慮し，種目別，レベル別に多くの予防プログラムが紹介されています。本著はそれらの１つひとつの文献を詳細に紹介し，そのポイントを記載しております。われわれスポーツ現場に携わる者は，１日も早くその原因が解明され，最も有効な予防プログラムを選手に教育することであります。その意味で本著は現時点での ACL 損傷予防のバイブルになりうると思います。

本年２月ローザンヌにおいて，国際オリンピック委員会の医事部会が主催する形で「ACL 損傷のコンセンサスミーティング」が開かれました。このように競技団体が指導する形でスポーツ外傷の予防に取り込むことにより，スポーツ現場でドクター，トレーナーだけでなく監督，コーチ，選手を巻き込んだ injury prevention の動きを加速していくことができます。10 年後に ACL 損傷が激減し，スポーツ整形外科医や理学療法士が職にあぶれることを期待して巻頭の言葉とさせていただきます。

2008 年３月

早稲田大学スポーツ科学学術院　教授　福林　　徹

# SPTS が目指すもの

SPTS（Sports Physical Therapy Seminar）はその名の通り“Sports Physical Therapy”を深く勉強するために企画されました。深く勉強するためには何をすべきかを熟考するところから今回の，そして今後の活動が決まります。そして，時流と科学の流れをみきわめつつ，常に未来に向けてベストな選択を繰り返す柔軟性をもち合わせ続けたいと願います。

SPT Seminar 立ち上げのきっかけとなったのは，アメリカ理学療法士協会（APTA）の下部組織である Sports Physical Therapy Section が主催し，2004 年 12 月に開催された Team Concept Conference でした。この研修会はやはりその名が示すとおり，スポーツ理学療法にかかわるさまざまな専門家がチームを組んでその発展を目指そう，という理念のもとで運営されています。このため，研修会を通じて職種や資格を越えて 1 つのテーマについての知識を提供し，その時点での最良の治療についての情報が飛び交います。

このとき，日本から参加した 5 名の PT が講習を受けながら感じたことを話し合った結果，自分たちの身近な環境でアメリカをはじめ世界の時流に沿った勉強のスタイルについて考えることになりました。「世界の時流」というと抽象的な表現ですが，その意思をより具体的な形で実現するには，最新の情報を得るための手段について十分に検討し，それを実現するためのプランつくりが必要になります。そこで，最新の情報を得るための作業を実際に進めるための 1 つのモデルつくりのため，2005 年 3 月 6 日に第 1 回 SPTS を開催する運びとなりました。今回は私がその企画の役割を，そして横浜市スポーツ医科学センターのスタッフが事務局的な役割を担当することになりました。

今回テーマとなった「ACL 損傷の予防プログラムの科学的根拠」は，そのときのメンバーの研究活動の動向から，資料を集めるのが最も容易であると思われるテーマでした。ACL 損傷の予防については，あらゆる場面でさまざまな予防方法が紹介され，われわれも知らず知らずのうちに飛び交っている予防法が効果的であると思い込んでしまいます。しかしながら，予防方法の妥当性を証明するには，疫学的な検討を重ねることとともに，予防プログラムに内在する効果の発現機序の検討や危険因子や外傷発生メカニズムとの照合が不可欠となります。私自身，過去にそういうプロセスを経て ACL 損傷の予防法を検証した経験がなく，まずは世界の動向を把握することが必要となりました。

いうまでもなく，世界の医科学の動向を把握するにはインターネット上での文献検索が最も有効かつ効果的です。また情報を世界に発信するためには，世界中の研究者がアクセスできる情報を基盤とした議論を展開しなければなりません。結果として，必然的に Medline などの国際論文を対象とした文献データベースを用いた文献選択およびその収集が情報収集の手段として選択されました。

今回の執筆者（発表者）は横浜市スポーツ医科学センターのスタッフおよび関連の深い身近な方々で

した。発表者にはあらかじめ口頭発表とともに報告書執筆を依頼し，各自に与えられたテーマに沿って適切な文献を取捨選択し，そこから情報を効率的に取り出し，さらには科学的な表現を用いて発表・執筆するというプロセスについて勉強する機会となりました。不慣れな作業も多い中，この報告書が示す通り，参加者には数多くの文献からかなり密度の濃い情報を取り出し，整理していただくことができたと思います。一方で重要な論文が漏れている可能性も十分にあり，記載内容に誤りや不備を発見された読者の方には，是非ご指摘をいただけたら幸いに存じます。

2008 年に第 4 回 SPTS が開催されました。本書を皮切りに，過去および未来の SPTS の内容をこの「SPTS シリーズ」に追加できるよう，準備を進めております。本書を手にされた読者の皆様には，今後出版されるの SPTS シリーズにもご興味をもっていただけるものと確信しております。末尾になりますが，SPTS の参加者，発表者（執筆者），座長，編者の方々，事務局を担当された横浜市スポーツ医科学センター理学療法室のスタッフに深く感謝の意を表します。

2008 年 3 月

広島国際大学保健医療学部理学療法学科　准教授　蒲田　和芳