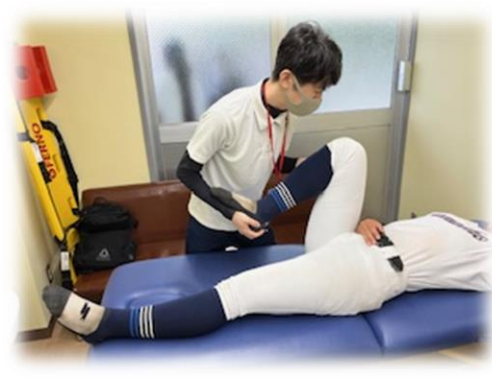




## 当院の理学療法士が第71回春季東海地区高等学校野球三重県大会のメディカルサポートをしました

理学療法士の三谷が、令和6年4月21日に行われた第71回春季東海地区高等学校野球三重県大会で、三重県理学療法士協会スポーツ支援部の一員としてメディカルサポートに参加しました。

サポート内容は、希望選手に対して試合前・試合後のコンディショニングやテーピング対応、試合中の応急処置、登板した投手のアイシングなどで、21日は複数人のサポートをさせていただきました。



大会の結果は、優勝が津田学園高校、準優勝が菰野高校、3位が昴学園高校、4位が宇治山田商業高校でした。

さて、高校野球選手における肩や肘に障害を抱えている選手の割合は20～30%と報告されていますが、皆さんはこのデータを見てどう感じられますか？

私は高いと感じます。

ベンチ入り選手20名中、4～6名は症状を有している可能性があります。

肩や肘に障害を抱える野球選手の特徴は、

- ・肩や体幹の筋力が低下している
- ・肩や肘の可動域が非利き手と比較して低下している  
(右利きの場合、右側の肩や肘の可動域が悪い)
- ・下半身の柔軟性が低下している
- ・練習量が多すぎる
- ・投球フォームが悪い

など様々な原因が考えられます。

早期に医療機関へ受診することで、治るまでの期間が短くなったり、再発を予防することができます。理学療法士は整形外科医と連携して、その原因を改善させ、競技復帰のサポートをしています。不安がある選手は是非当院にご相談ください。

最後に三重県内の野球選手の更なる活躍を願って、報告を終了させていただきます。