

高校サッカー選手における鼠径部周囲痛発症前の 身体的変化について

○瀧口 耕平 (たきぐち こうへい) (PT, AT)¹⁾, 伊藤 浩充 (PT, AT)²⁾, 藤田 健司 (MD)⁵⁾,
酒井 良忠 (MD)⁴⁾, 松下 雄彦 (MD)³⁾, 荒木 大輔 (MD)³⁾, 黒坂 昌弘 (MD)³⁾,
黒田 良祐 (MD)³⁾

- 1) 神戸大学医学部附属病院 リハビリテーション部
- 2) 甲南女子大学 看護リハビリテーション学部
- 3) 神戸大学大学院 医学研究科整形外科
- 4) 神戸大学大学院 医学研究科リハビリテーション機能回復学
- 5) 藤田整形外科スポーツクリニック

【目的】

高校男子サッカー選手における鼠径部痛及び股関節内転筋群近位部痛の発生要因を発症前の体幹・股関節・膝関節機能変化より明らかにすること。

【対象と方法】

2011～14年度に某高校男子サッカー部に所属した選手93名に対してフィジカルチェック(PC)を行い、その後週2回の頻度で傷害調査を行った。PC項目は、股関節・体幹可動域、体幹機能、大腿筋膜張筋及び長内転筋筋硬度、股外転筋力を測定した。

【結果】

131件の発症があり、4～9月発症が80件(61%)であった。1年次発症が25件(19%)、2年次が60件(46%)、3年次が46件(35%)であり、2年次の4～9月に発症が増加する傾向にあった。そこで、1・2年次ともにPCが施行できた62名のうち、1年次に未発症であった47名について、2年次4～9月に利き足側に発症した者7名を発症群、未発症者40名を未発症群として、PC項目の1→2年次変化率を比較すると、発症群にけり脚側大腿筋膜張筋筋硬度及びけり脚側股関節外旋可動域が有意に増加する傾向を認めた(それぞれ $P < 0.05$)。

【考察】

サッカーにおいて、鼠径部周囲痛が発症する前に、大腿筋膜張筋の硬さの増大及び股関節外旋可動域増大が生じていることがわかった。これはキック動作における過剰な股関節屈曲運動により生じていると推察する。大腿筋膜張筋の硬さの改善及び股関節内転・内旋筋群の筋力強化が本傷害予防の一助になると考える。