

# 大学女子ハンドボールチームのメディカルチェックとアンケート調査

高島整形外科

林 祥平 (PT)・狩野 祐司 (PT)・高島 孝之 (MD)

武庫川女子大学 文学部健康スポーツ科学科

相澤 徹 (MD)・檜塚 正一・松岡紗也香

## はじめに

平成19年4月より、某大学ハンドボール使用コートが、従来の土よりタラフレックス素材へと一新された。

当初は、「ストップがしやすい」、「ダイナミックなプレーができる」「スキル向上につながる」など良好な意見が聞かれた。しかし、その反面、下肢疲労感の増加、急激なストップへの不安を訴える声も聞かれるようになったのも事実である。

また、同時期より前十字靭帯損傷者が増加するようになり、平成17年、18年度のハンドボール部の前十字靭帯損傷は1例であったのに対して、平成19年度より、その数は4例と増加傾向をたどっており、今回の床材改良が、下肢の障害者数の増加に何らかの影響を与えているのではないかと考えた。

そこで、床材の変化により選手自身が感じる影響をアンケート調査し、現在の傷害状況把握のため、メディカルチェックを実施したので報告する。

## 方 法

メディカルチェックは1次検診にて問診票の記入を行い、既往歴の聴取、現在有している症状を聴取した。また全ての選手に対して理学療法士がチェックを行い、現在症状を有している選手に関して2次検診にて、医師による診断確定を行った。

またアンケート調査は1次検診の際に同時に行い、対象はハンドボール部に所属する全選手36名(平均年齢:20.3歳)とし、アンケートは「床材の変化による身体への影響」(選択式一部記述質問票)とし、事前配布した。期間は平成19年10月11日~10月25日とした。

## 結 果

メディカルチェックの結果、現在28名の選手が何らか

の症状を訴えており、34例の診断を得た。約76%が下肢障害であり、腸脛靭帯炎、鵞足炎、前十字靭帯損傷、半月板損傷、後十字靭帯損傷が多くを占めた。次いで、体幹、肩であった(図1)。

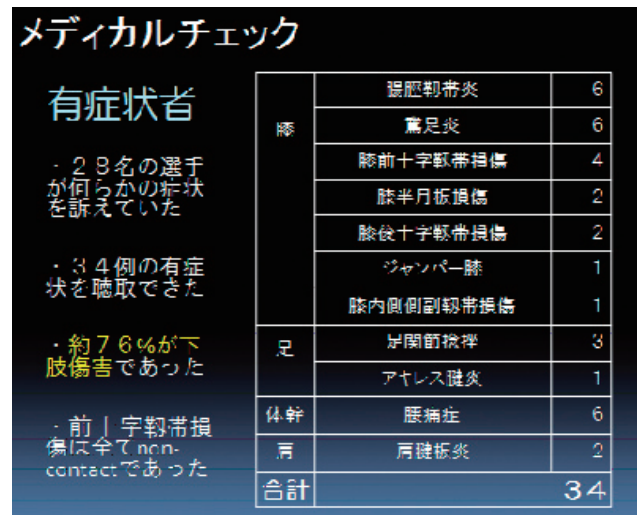


図1

アンケート聴取できた傷害歴は85例で、傷害部位は、下肢が全体の70%と多数を占めた。次いで上肢が15%、体幹11%、顔面部2%という結果となった。下肢傷害は足関節捻挫、前十字靭帯損傷、半月板損傷が多くを占めた(図2)。

アンケート調査にて「床材の変更に伴って身体への影響がどのように変化したか」調査した結果、疲労感の変化に対し64%が増加したと答え、怪我の増減に対し56%が増加していると答えている。また新素材でのプレーに関しては58%が不安や怖さを感じると答えている。約半数以上の選手が床材の変化により、疲労感の増加、怪我の増加、怪我への不安を感じていることがわかった(図3)。

また怪我の予防への取り組みに関して、アイシング処置やマッサージ、テーピング処置などを個人として取り組んでいるが、自身が不安に感じる練習内容や動作そのものについて具体的な対策を行っている選手は見られなかった。

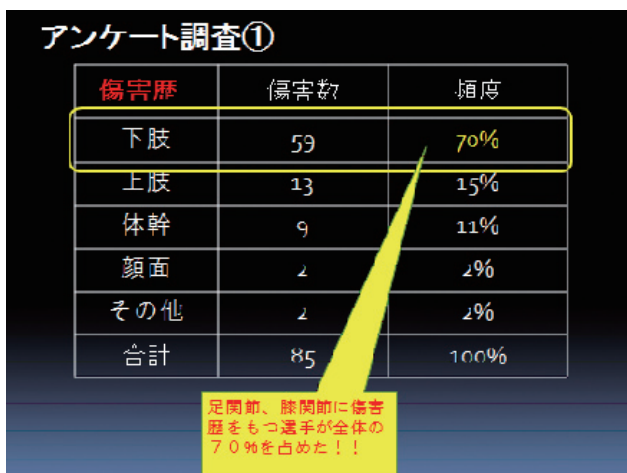


図2

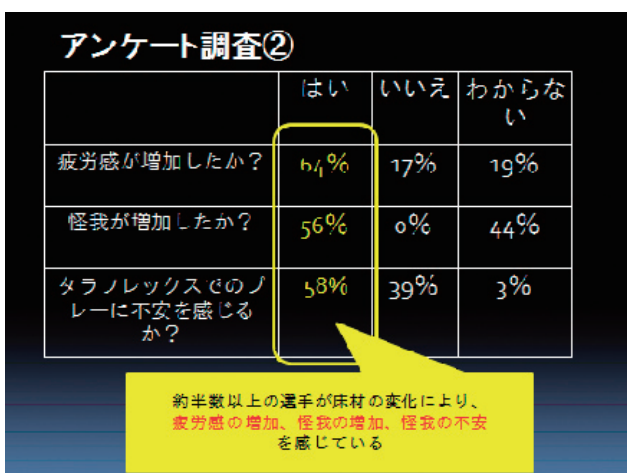


図3

## 考 察

今回プレーに支障をきたす傷害を受けた経験のある者は全体の94%に昇り、その70%が下肢障害に集中していた。また現在も76%の選手が下肢に症状を有している。これは先行の傷害調査<sup>1)</sup>の傾向とほぼ一致しており、ハンドボール競技で最も特徴的な部位であるといえる。特にオフェンスプレーにおいて、ボールを保持したまま許される歩数に制限があることから、より急激なストップ動作や方向転換が要求される。また、シュートではジャンプやスロー

イングによる体幹の回旋を伴った着地も要求される<sup>2)</sup>。このように高度な身体操作が必要とされ、コンタクトを伴いながら行うプレーであるため、予想外の着地、切り返しを行った際に下肢傷害を発生してしまうものと考えられる。また、女子ハンドボール競技において下肢傷害が多発するという報告<sup>1)</sup>は多くあり、下肢傷害が多い競技であることは理解される。

下肢傷害リスクが高い競技であるため、当然プレーをする床材の状況が選手の身体へ影響するであろうことは予想される。床材が改良されたことで、素早い動きやよりダイナミックなプレーができる環境になった反面、それに対し選手が対応できず、身体へのストレスとなり疲労感の増加や傷害増加とともに不安感を募らせる一因となっているのではないかと考える。

また、選手自身のコンディショニングに関する意識も決して高いものとは言えず、自身の体に対するケアや不安に思う練習内容、動作に関して対策を講じる選手が少なかったことに関して、予め床材変更により起こりうる傷害への対策やその情報を選手やコーチに助言できなかったことも一因ではないかと考える。

## ま と め

床材の改良により、練習環境が向上した反面、滑り難い床材の特徴に対応できず、下肢傷害への不安を感じている選手が増えている。予め分っていた床材の変更により発生しうる傷害に関して対策を講じられなかった反省を踏まえ、定期的なメディカルチェックを行うことにより選手の身体状況を把握し、的確なコンディショニングに関してのアドバイスができる体制を作ることや特に新入生に対してはメディカルチェックを必須とし、傷害予防を徹底することが重要であると考えられる。

## 参考文献

- 1) 森口哲史, 岡本研二, 川合武司, 他: スポーツ選手の傷害について—女子ハンドボール選手の傷害調査から—。筑波大学教育学部紀要(教育科学), 1999; 48, 107.
- 2) 山下光子, 平野佳代子, 宮下浩二, 他: 女子ハンドボール選手における前十字靭帯損傷の発生に関する検討。Journal of Athletic Rehabilitation, 1999; No 2, 55.