

社会人野球選手の肩関節理学所見の変化 —シーズンオン・オフの比較—

名鉄病院 整形外科
竹内聡志 大藪直子

名鉄病院 関節鏡センター
土屋篤志

名古屋スポーツクリニック
杉本勝正

名古屋市立大学 整形外科
後藤英之

大垣市民病院 整形外科
武長徹也

名古屋市立東部医療センター 整形外科
後藤悠介

【はじめに】

社会人野球選手に対してシーズンオフ（以下オフ）及びシーズン中（以下オン）にメディカルチェックを行った。肩関節理学所見の変化について検討した。

【対象と方法】

2013年度のオフ、その後2014年度のオンにメディカルチェックを行った社会人野球選手26名のうち、オフからオンにかけて新たに肩肘痛が発生した1名を除く25名を対象とした。選手全員に問診、原テスト11項目、四肢可動域測定を施行した。その結果を元に、オフからオンにかけて肩肘痛を認めなかった群（無し群）、改善した群（改善群）、持続した群（持続群）に分類し、肩関節可動域（下垂位（以下1st）・90°外転位（以下2nd）・90°屈曲位（以下3rd）での内・外旋角度（以下IR・ER）、2nd total arc）の変化について検討した。統計学的分析は、対応のあるt検定を用いた。

【結果】

選手全体の平均年齢は22.6歳で、投手10名、捕手1名、内野手8名、外野手6名であった。全体

において、1st ER, 2nd ER, 2nd total arc, 3rd IRにおいて有意な可動域増加を認めた ($p<0.05$)。各群の内訳は、無し群が15名、改善群が6名、持続群が4名であった。2nd ER, 2nd total arcにおいて、無し群・改善群では有意に増加を認めたが ($p<0.05$)、持続群では有意差を認めなかった。その他可動域については全群において有意差を認めなかった。

【考察】

メディカルチェックはオフに行われることが多く、オンとオフの比較についての報告は少ない。今回の研究では選手全体として、オフと比較しオンではほぼ全可動域において拡大を認めた (2nd IRは有意差なし)。しかし肩肘痛が持続していた群では、2nd 肢位での可動域の変化がなかった。この結果より、オンにおける2nd 肢位での可動域改善が肩肘痛の改善につながる可能性が示唆された。オンにおいてもストレッチやコンディショニングの指導を継続的に行い、可動域改善を図っていくことが重要と考察した。