

さきたま

第155号

平成26年9月1日
発行

公益社団法人 埼玉県鍼灸師会
会長 河原保裕

事務所

〒330-0802 埼玉県さいたま市大宮区宮町2-3-1
第2大矢部ビル 2F東
TEL 048-645-0416
HPアドレス <http://saitama.harikyu.or.jp>
事務所メールアドレス saishinkai@gold.ocn.ne.jp
(広報委員長) 大谷尚子
(編集委員長) 阿部 琴美

行事予定表

9月
14日(日)臨床研・第2回学術講習会
21日(日)療養費等適正運用個別指導会

10月
12日(日)~13日(月・祝)日鍼会全国大会(岐阜)
26日(日)療養費等適正運用個別指導会

平成26年度第1回学術講習会報告

日時:平成26年7月6日(日)
会場:さいたま共済会館

スポーツのピッチサイドでメディカルスタッフができること

(公)日本ラグビーフットボール協会 メディカル委員会 安全対策委員会
流通経済大学スポーツ健康科学部大学員 山田 睦雄 先生

メディカルスタッフの現場での仕事はフィールドでの安全環境の整備(熱中症対策・フィールドの状態確認・緊急時のマニュアルの作成・救急医療器具の整備・後方支援病院の確保等)と傷害・疾病への対応。

メディカルスタッフはトレーニングが大事で、知っている事と出来ることの違いを自覚することが大切。

傷害予防は、ステップ1:外傷の問題点を定める→ステップ2:危険因子を特定→ステップ3:予防法の導入→ステップ4:外傷調査を通じて予防法の効果を評価→ステップ1へ、を繰り返す。

現場へのアプローチとしては、スポーツ医学的研究結果の導入(ハイパフォーマンス=セイフ(グッド)テクニック)とコーチ・選手・親・レフリー・メディカルスタッフの教育。

脳震盪のIRB規定10条(医学関連事項)では「試合中または練習中に脳震盪と診断された選手はフィールドから退場させ、同日に試合や練習にもどってはならない」とあり、復帰はプロトコルに従って行う。脳震盪は脳の

外傷であり、小児や少年は脳震盪になりやすい・復帰により長い時間がかかる・単発またはセカンドインパクトにより死に至るようなものを含めた神経学的な合併症を生じやすいなどのリスクが高い。



筋痛、筋疲労に関するスポーツ鍼灸の現状

東京有明医療大学 保健医療学部 鍼灸学科 藤本 英樹 先生

スポーツ選手に鍼灸治療を行う目的は、スポーツ外傷・障害に対する予防や治療をはじめ、コンディショニング・パフォーマンスの向上まで多岐にわたっている。また、様々な種目や選手のスキル・ニーズに合わせるためにもエビデンスに基づいた様々な知識や治療のパリエーションを備えておくことが必要である。

これらスポーツ選手を対象とした様々な鍼灸施術がある中で、対象となることが多いのはスポーツ活動の源である「筋」であることから、スポーツ鍼灸においても筋を対象とした研究が多く行われている。国内の記事で多いのは、筋疲労に対する鍼灸治療の研究であり、国外の記事で多いのはmuscle injuryやmuscle strainに関する記事であった。これらのスポーツ鍼灸の研究をまとめると、鍼刺激は運動後の筋痛を軽減させることや、運動直後の鍼刺激が運動に伴う筋力・筋持久力の低下からの回復を早めることが認められている。今後はアスリートのみならず、中高生や一般のスポーツ愛好家が鍼灸治療を受診できる環境を整備することが望まれ、スポーツ医学の分野において鍼灸治療の効果や利点・安全性を広く発信することが重要である。

ハムストリング肉離れのリスク因子は過去の受傷歴・柔軟性・筋力・コアスタビリティ・疲労・形態。

肉離れに対し、微弱電流をかけてアイシング。急性期には筋損傷の周りに鍼をし、熱感がとれたら受傷部位に通電治療を行う。マッサージは行わない。



平成26年度 第1回 臨床研究会・第2回 学術講習会のお知らせ

学術委員長 小俣 浩

日時:平成26年9月14日(日)9:30~17:00
会場:市民会館おおみや 集会室

○第1回 臨床研究会(会員及び育成学生会限定)

時間:10:00~12:00(予定)
内容:日鍼会全国大会・埼玉大会一般演題予演会
演者:「バスケットプレー後に出現した左膝の痛み」
熊谷地区 阿部 琴美 先生
「家族の介護で発症し慢性化した腰痛」
所沢地区 片居木茂行 先生

参加費:無料

○第2回 学術講習会(テーマ:内科診療と鍼灸治療)

時間:13:30~17:00(予定)
内容:「内科治療に併用する鍼灸治療の可能性」
明(あかり)クリニック院長 郷家 明子 先生
「糖尿病(インスリン抵抗性)に対する鍼灸治療」
東京大学病院 リハビリテーション科 鍼灸部門
粕谷 大智 先生

※本講習会は(財)東洋療法研修試験財団 生涯教育研修制度認定講習会です。
※GKカードをご持参ください。

問い合わせ・連絡先:埼玉県鍼灸師会 学術委員 小俣 浩、菊池 友和、津崎 正法
埼玉医科大学 東洋医学センター
TEL&Fax 049-276-2108、または049-276-2113
E-mail: homata@saitama-med.ac.jp



〈市民会館おおみや〉

〒330-0844 さいたま市大宮区下町 3-47-8 / TEL.048-641-6131

治療院見学会開催のご案内

育成委員長 川畑 充伸

来たる11月3日(月・祝)に治療院見学会を開催いたします。今回は、鴻巣支部 石井喜久雄先生の石井鍼灸院にお邪魔致します。石井先生は会社を勤めあげられた後、鍼灸師になられました。若くして鍼灸師になられた先生とは違う感覚を持たれ、社会人としての経験を活かし、活躍されています。鍼灸に対する謙虚な姿勢、一般社会で培われた経験と勤勉さを学び、今後の施術に活かしてみませんか?育成学生の皆さんには一般社会と鍼灸業界の違いを垣間見ることが出来るかも知れません。詳細は埼玉報10月号に掲載します。多くの先生方のご参加をお待ちしております。

第9回 埼玉アスレチック・リハビリテーション研究会のご案内

第9回埼玉アスレチック・リハビリテーション研究会会長 山田 睦雄
(流通経済大学スポーツ健康科学部スポーツ健康科学科 教授)

日時:平成26年11月1日(土)15:30~(予定)
会場:ラフレさいたま 3階 櫻ホール
(住所:埼玉県さいたま市中央区新都心3-2 TEL:048-600-5505)

内容:
【一般演題】 募集中(下記の「一般演題応募方法」をご参照ください。)
【シンポジウム】 テーマ『ボクシングの外傷マネジメント』
総論 「ボクシングメディカルのシステム」
飯島整形外科 院長 飯島 讓 先生
各論 「プロボクサーのウェルフェア」
ワタナベボクシングジム元日本フェザー級チャンピオン 梅津 宏治 先生
「外傷のリハビリと復帰プログラム」
evolutionチーフトレーナー 石原 雄太 先生
「症例と治療について~整形疾患中心に~」
飯島整形外科 院長 飯島 讓 先生

【特別講演】
題名 「スポーツでの頭部外傷 -最近の話題-」
演者 東京慈恵会医科大学脳神経外科 教授 谷 諭 先生
参加費:一般2,000円 学生1,000円
定員:200名(会場の座席数が限られておりますのでご了承下さい)
参加申し込み方法:

下記の事務局宛に「埼玉アスレチック・リハビリテーション研究会参加希望」として、電子メールまたはFAXにて①~③の事項を記入の上、お申し込みください。

①氏名(ふりがな)
②所属施設名・職種
③連絡先郵便番号・住所・電話番号・メールアドレスあるいはFAX番号
締め切りは平成26年10月15日(土)です。

一般演題応募方法:
事務局宛に電子メールにて、①演題名②発表者名③発表者所属先
④メールアドレスを記載し応募してください。
締め切りは平成26年9月20日(土)です。

〈後援〉 埼玉県整形外科医会、埼玉県健康スポーツ医会、埼玉県体育協会、埼玉県理学療法士会

〈共催〉 埼玉アスレチック・リハビリテーション研究会、久光製薬株式会社
事務局:埼玉医科大学かわぐさクリニックリハビリテーション科 担当 森 芳久
TEL:049-238-8292 FAX:049-238-8273
E-mail: kcreha@saitama-med.ac.jp

旬の食べ物を食べて元気になるう!

秋の名月を鑑賞する十五夜に並ぶ「十三夜」が10月6日にあります。十五夜は中国から伝来した風習で、十三夜は日本独特の風習です。十五夜はさつまいもなどをお供えすることが多いことから別名「芋名月」と呼ばれ、十三夜は栗や豆をお供えすることから「栗名月」や「豆名月」と呼ばれました。

今回の旬の食べ物は十三夜でよくお供えされる「栗」です。栗にはビタミンA・B1・C・カリウム・亜鉛・食物繊維などが豊富に含まれています。ビタミンAには皮膚や粘膜を強くする働きがあるので、朝晩の冷え込みが増す時期には打ってつけです。また、お肌が乾燥しやすい時期ですのでビタミンCが多いのも嬉しいですね。そして栗は昔から漢方薬としても扱われていて、胃腸の動きを整え、血の巡りを良くして体を温める効果があるとされています。夏の間に冷房に当たりすぎたり、冷たいものを採りすぎたりして冷えた体には最適の食べ物です。しかし、栗は木の実なのでナッツ系になり、カロリーはちょっと高めです。カロリー量を気にされている方は採り過ぎに注意が必要です。

綺麗な月を眺め、綺麗な虫の声に耳を傾け、秋の夜長を旬の食べ物と共に風流に楽しんでみてはいかがでしょうか。



協賛各社
(順不同)

医道の日本社・ホシノ医療機器株式会社・ヨシダ商事・アフラック募集代理店 村田真千子・カナケン・セイリン株式会社・昭和エンタープライズ