

鱸 スポーツ外来



スポーツ外来とは、スポーツすることで起こる**けが**について原因を考え、原因を解決し、再度スポーツを楽しむために、患者さんと一緒に、予防法・治療法について相談する専門外来です。



スポーツで痛みを抱えお困りの方
(幼少期から大人まで、健康スポーツからレベルの高いプレーヤーまで)

是非スポーツ外来で一緒に痛みについて考えてみましょう！

必ず、解決につながり、楽しいスポーツ活動がもう一度、楽しめると思います。



診察日：毎週月曜日

時間：16時～18時

完全予約制です。

スポーツ外来について

スポーツ外来とは：スポーツをすることでおこる**けが**についてその原因を考え、原因を解決し、再度スポーツを楽しむために患者さんと一緒に予防法、治療法について相談する外来です。

スポーツ傷害とは：けがには、一発の受傷で起こる靭帯損傷（外**傷**）などがありますが、繰り返す同じパターンでおこる疲労骨折（障**害**）などがあります。

痛みの原因は：スポーツ動作の投げること（投球肩、投球肘）、走ること（ランナー膝）、ジャンプ（ジャンパー膝）することなどスポーツ特有の障害もあり、また幼少期にスポーツ活動のなかで起きやすいもの（オスグッド病、リトルリーガーズショルダー）、思春期女子のバスケット・バレーなどの着地で発生しやすいもの（前十字靭帯損傷）など年代によって発生しやすい障害もあります（ゴルフ肘・膝、テニス肘）。

診断—治療は：原因はスポーツにあるので治療を考えると、何が原因で起こったのか（投げ方なのか？使いすぎなのか？ほかの部位の体の硬さから別の部位の痛みにつながったのか？単なる使いすぎなのか？外傷後の復帰において体の準備ができてなくてある部位に痛みが出たのか？）などを考え、患者さんと納得のいく答えを診つけることがスポーツ外来には求められています。原因がわかれば、治療方針が立ち、再発防止につながります。そのためスポーツ外来では、いろいろのことをお聞きし、体全体の評価、スポーツ個々の動きの確認など診察時間が通常の外来より長くなります。また、指導しておられる方と一緒に来られるのがいいと考えます。

治療では、薬・注射などを使うことはあります。患者さんのけがの原因に対する理解（選手、家族、指導者）とスポーツに復帰するための努力、リハビリテーションスタッフの協力などチームプレイが必要です。

スポーツで痛みを抱え、お困りの方（幼少児から大人まで、健康スポーツからレベルの高いプレイヤーまで）は是非、スポーツ外来と一緒に痛みについて考えてみましょう。

必ず、解決に繋がり、楽しいスポーツ活動がもう一度、楽しめると考えます。

■ 毎週月曜日 16:00 ~ 18:00 完全予約制

■ 【TEL】 0857-28-6616