



編集後記

編集顧問	小川秋實	秋元成太	村井 勝
	郡健二郎	藤岡知昭	
編集委員	大家基嗣	近藤幸尋	小島祥敬

小職も前期高齢者の仲間入りをして身体も所々ガタがきております。階段で転けたり、胃カメラ後に咽喉炎で声変わりしてその後も長く続いたりしています。階段で転けたあとに膝の痛みが続いていたために、整形外科医の指示を受けてMRIを撮影してみると、大腿骨の挫傷および半月板の損傷の診断でした。大腿骨の挫傷とは、骨折はないが骨の中がズタズタになっていました。本来は松葉杖の適応でしたが、既に受傷から1か月経っていることもあり、階段の下降を禁止の対応でした。それもあって週末のランニングは中止しています。

コロナ前には自分も市民ランナーとして年に2〜3回はフルマラソンを走っていたのですが、4時間の壁はなかなか切れませんでした。今や駅伝やらマラソンの中継も大流行りですから、自分も一流のアスリートを気取って観ていました。その時に感じたのは、マラソンは「実は体に悪いのでは？」という疑問です。一流アスリートが一生懸命身体を駆使して2時間少し走るところを自分は一生懸命4時間以上走るの、身体に悪いという結論でした。その考えのもとコロナ以後

はフルマラソンを引退し、長くてもハーフ位を走っています。

しかしながら最近になって自分の理論を打ち砕く論文がJAMA Cardiology誌に出てしまいました。高強度かつ長時間の運動負荷が右心機能に及ぼす影響、運動誘発性の心筋トロポニンT (TnT) 値の上昇と将来的な右室機能障害との関連が明らかになっていないことから、スイス・チューリッヒ大学のMichael Johannes Schindler氏らの研究グループが、市民マラソンランナーを対象にした10年間の縦断的コホート研究を実施しました。この結果、フルマラソン直後には一過性の右室機能低下とTnT値の上昇が認められたものの、これらは数日で回復し、10年後の右室機能低下とは関連しないことが示されました。

これにショックを受けた前期高齢者は、身体を虐めて頑張ることは決して悪いことではないと悟り、再び駅伝大会やフルマラソンのテレビを見入っています。そうはいつでも一度引退した選手が一線に戻ることは厳しいことです。足が改善したらぼちぼちフルマラソンを目指して走り始める予定です。

(近藤幸尋)

臨床泌尿器科 (第80巻 第2号) (通巻960号)

2026年2月20日発行 (毎月1回20日発行)

定価: 3,190円 (本体2,900円+税10%)

2026 年間購読料
(増刊号を含む13冊, 税込, 送料小社負担)
冊子版 47,300円
電子版 (個人) 43,824円
電子+冊子版 (個人) 49,324円

発行 株式会社 医学書院

代表者 金原 俊

〒113-8719 東京都文京区本郷1-28-23

<https://www.igaku-shoin.co.jp/>

編集室連絡先 rinpi@igaku-shoin.co.jp (担当: 上甲・今田)

印刷所 (株) 双文社印刷

広告取扱 (株) 文京メディカル 電話 (03) 3817-8036

商品・定期購読の送付先変更・その他のお問い合わせ先

<https://www.igaku-shoin.co.jp/inquiry>

・ Published by IGAKU-SHOIN Ltd., 1-28-23 Hongo, Bunkyo-ku, Tokyo © 2026, Printed in Japan.

・ 本誌に掲載された著作物の複製権・上映権・公衆送信権 (送信可能化権を含む)、口述権、譲渡権、貸与権、翻訳・翻案権 (著作権法第27, 28条の権利を含む) は株式会社医学書院が保有します。

・ 本誌を無断で複製する行為 (複写, スキャン, デジタルデータ化など) は, 「私的使用のための複製」など著作権法上の限られた例外を除き禁じられています。大学, 病院, 診療所, 企業などにおいて, 業務上使用する目的 (診療, 研究活動を含む) で上記の行為を行うことは, その使用範囲が内部的であっても, 私的使用には該当せず, 違法です。また私的使用に該当する場合であっても, 代行業者等の第三者に依頼して上記の行為を行うことは違法となります。

・ **JCOPY** < 出版者著作権管理機構 委託出版物 >

本誌の無断複製は著作権法上での例外を除き禁じられています。複製される場合は, そのつど事前に, 出版者著作権管理機構 (電話 03-5244-5088, FAX 03-5244-5089, info@jcopy.or.jp) の許諾を得てください。

* 「臨床泌尿器科」は株式会社医学書院の登録商標です。