

あとがき

編集顧問

糸満盛憲
越智隆弘
金谷文則
菊地臣一
黒坂昌弘
清水克時
高岸憲二
竹光義治
富田勝郎
戸山芳昭
内藤正俊
守屋秀繁
矢部裕
山室隆夫
吉川秀樹

編集主幹

土屋弘行
編集委員
黒田良祐
酒井昭典
仁木久照
松本守雄
松山幸弘
山本卓明

オンライン投稿

ID : rinseige

パスワード : rinseige

多くの医療機関で COVID-19 院内感染が生じ、「医療崩壊」という言葉があらゆるメディアで報道されてきました。現在も第2波で予断を許さない状況下で、感染症対応にご尽力されているすべての医療者の皆様に心より敬意を表したいと思います。

今回の特集は「女性アスリートの運動器障害—悩みに答える—」です。この特集で私も多くのことを学びました。

女性アスリート特有の悩み、障害は多くの患者の治療に携わらないと理解できない面も多々あり、その中で、1: エネルギー不足、2: 無月経、3: 骨粗鬆症が女性アスリート三主徴(FAT)と言われていること、また整形外科外来ではFATのアスリートと骨折などで遭遇することがあり、FATと診断できず放置することで骨折を繰り返し、トレーニング継続すら困難になるケースもみられること、また彼らの訴える痛みを身体的痛みのみでなく、その背景に潜む心理・社会的な痛み、すなわちスピリチュアルな痛みについても多層的に聴いていく必要があること、さらに女性アスリートでは反張膝や関節弛緩性がみられやすく、膝前十字靭帯損傷や疲労骨折、骨盤底機能低下がよくみられること、多くの特殊な障害があることがわかりました。

最後には COVID-19 蔓延が多くのアスリートに多大な影響を及ぼし、事態の収束がみえない現在、男女にかかわらずアスリートは心理的な健康を保つのに多くの問題点を抱えていること、また女性アスリートは男性アスリートと比較して、精神健康度が低いことが示されており、臨床心理士、精神科医の介入も必要となっているようです。この問題はアスリートにとどまらず、治療をする側の医療者の中でも大きな問題となっています。

こんなストレスな状況においてどう対応したらよいのでしょうか？

皆様、「困っても『困らない』」という言葉をご存知でしょうか。

私は常々、「人は、様々な困難に出遭った時にどう考え、どう対応するかで評価される」と考えています。「どうしようもない」、「困ったことだ」と思っただけだと心が狭くなり、出るべき知恵も出なくなります。その結果、原因や責任を他へ転嫁し、不満で心は暗くなり、不平で我が身を傷つけていきます。その一方で、困難を困難とせず、思いを新たに、決意を固く歩んでいけば、困難がかえって飛躍の土台石になることも少なくありません。要は考え方ひとつであり、「困っても『困らない』」ことに人生の妙があるように思います。人間の心は孫悟空の「如意棒」のように伸縮自在であり、困難な時にこそ、かえって自らの夢を開拓する力を発揮いたします。

COVID-19 予防策対応で大変なこんな時こそ、著名な先人がどのような考えで人生を歩んできたか、松下幸之助の『道をひらく』、タル・ベン・ジャハラの『ハーバードの人生を変える授業』、ジム・ドノヴァンの『誰でもできるけれど、ごくわずかな人しか実行していない成功の法則』を読みました。すべてに通ずるのはこれらの言葉でした。

- | | |
|-------------------|--------------|
| 1: 感謝の気持ちを大切に | 6: 熱意を持って精一杯 |
| 2: 素直に、謙虚に | 7: 損得で動かない |
| 3: いつも明るく、ポジティブ思考 | 8: 夢を持って |
| 4: 自分を信じて | 9: 困難を困難と思うな |
| 5: 思ったらすぐ実行 | 10: 一陽来復 |

特にこの「一陽来復」は松下幸之助の大切にしたい言葉です。

「窮地に立つということは、身をもって知る尊いチャンスではあるまいか。得難い体得の機会ではあるまいか。そう考えれば、苦しい中にも勇気が出る、元気が出る、思い直した心の中に新しい知恵が湧いて出る、そして、禍を転じて福となす、つまり一陽来復。暗雲に一筋の光が差し込んで、再び春を迎える力強い再出発への道が開けてくる…」

今与えられた環境で、このような力強い想いと「困っても『困らない』」心意気で希望を持って前に進んでゆきたいと思います。(松山幸弘)

臨床整形外科 (第55巻第12号)

2020年12月25日発行(毎月1回25日発行)

定価 本体2,600円+税

2020年 年間購読料(送料弊社負担・本体価格)

冊子版 32,880円+税

冊子+電子版/(個人) 37,880円+税

電子版/(個人) 32,880円+税

E-mail rinseige@igaku-shoin.co.jp

Web <http://www.igaku-shoin.co.jp/mag/rinseige>

発行 株式会社 医学書院

代表者 金原 俊

住所 〒113-8719 東京都文京区本郷1-28-23

電話 編集室直通 (03)3817-5702(担当:石井・前野)

販売部直通 (03)3817-5659

振替口座 00170-9-96693 番

印刷所 株式会社アイワード 電話 (011)241-9341

広告申込 株式会社医学書院 電話 (03)3817-5696

表紙デザイン ミスター・ユニバース株式会社

レイアウトデザイン 有限会社ベーシック

・ Published by IGAKU-SHOIN Ltd. 1-28-23 Hongo, Bunkyo-ku Tokyo © 2020. Printed in Japan.

・ 本誌に掲載された著作物の複製権・翻訳権・上映権・譲渡権・貸与権・公衆送信権(送信可能化権を含む)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。

・ **[COPY]**(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)の承諾を得てください。

*「臨床整形外科」は株式会社医学書院の登録商標です。