

栗山節郎監修・川島敏生著

「実践アスレチックリハビリテーション Text & CD-ROM」

柳澤 健
(首都大学東京)

近年、アスレチックリハビリテーションやスポーツ理学療法が注目を浴びている中で、本書が上梓されたことは実にタイムリーである。監修者の栗山先生と著者の川島先生は、アスレチック系の著書である「スポーツマンの運動療法」や「アスレチックトレーニングの実際」・「新・ストレッチングの実際」などを発刊し、専門医と理学療法士との間に厚い信頼関係を保ちながら永年医療やスポーツ現場に従事し続けている。

本書の特徴は、図表・写真の多用に加え、近年のIT化に合わせ CD-ROM を提供することにより、写真だけでは困難であった動的技法を詳細かつ正確に示していることである。

本書は、Ⅰ. リハビリテーションの基本事項(1 スポーツ外傷と障害, 2・3 アスレチックリハビリテーションの特徴・基本事項: 体力, 柔軟性, ストレッチング, 筋力強化), Ⅱ. 部位別疾患(1 上肢: 野球肩, 野球肘, テニス肘, 2 腰部: 腰痛症, 下肢: ハムストリングスの肉離れ, ACL・PCL・MCL 損傷, 半月板損傷,

膝関節周囲痛, シンスプリント, 足関節外側靱帯損傷, アキレス腱断裂), Ⅲ. リハビリテーションの手技(1 上肢: 評価, ストレッチング, 筋力強化, 投球指導, 装具・テーピング, 2 体幹: 評価, ストレッチング, 腹筋筋力強化, 姿勢矯正, 3 下肢: 評価, ストレッチング, 筋力強化, フットワーク・スポーツ基本動作, 有酸素運動, 装具・テーピング)などから構成されている。この本に付属されている CD-ROM には、「部位別疾患プロトコル」と「リハビリテーションの手技」がインストールされており、いずれもプロカメラマンの撮影であることをうなずける、わかりやすい美しい動画を拝見することができる。

この 20 年の間、“見るスポーツから実践するスポーツ”へと変化しただけでなく、年齢・性別に関係なく多くの人がスポーツに参加し“競技から健康作り運動”へ拡大している。これらの現状などを考えると本書の発刊の意義はきわめて大きい。

この成書は、整形外科・スポーツ傷害(外傷・障害)のリハビリテーションや理学療法などの治療に欠かせない座右におくべき書であると同時に、整形外科医や理学療法士・スポーツトレーナーを目指す学生にとっても有益であることを確信する。

●B5 判 166 頁

定価 4,935 円(本体 4,700 円+税 5%)

2005 年 南江堂・刊