

訳者序文

本書を翻訳中に、原著の編著者の1人である Dr. Paul W. Hodges にお会いする機会に恵まれた。偶然にも、私が演者として参加したオーストラリアスポーツ医学会（Australian Conference of Science and Medicine in Sport : ACSMS）に、keynote lecture の講師として同じく参加されていたのである。彼と話をした際の彼からの第一声は、「あなたは大変な仕事をしている」であった。その時すでに翻訳作業中であり、この言葉の意味は痛いほど理解することができた。本書の難解な科学的知見を前に、「腰痛とは斯くも理解しがたいものか」と、改めて考えさせられていたのである。

折しも日本では、2012年に腰痛のガイドラインが出版された。しかしながら、最近の文献を参照する限り、腰痛に関する問題は山積しているようである。特に腰痛の85%を示す非特異的腰痛については、原因、病態、分類、そして重症度を含め、十分な根拠が明らかにされていない。私が臨床に携わっていた頃、腰痛とは多様な症状を示すもの、画像所見との一致が得られにくいものと教えられた。この状況は現在も大きく変わっていないようである。腰痛を理解するためには一元的な解釈では困難であり、多様な知識を必要とする。したがって、本書の切り口は臨床医学のみならず、運動学、筋生理学、脳科学、心理学、行動科学、そして社会学にまで至る。つまり、腰痛を解釈するうえで、学際的研究を駆使しなくては、理解することは困難であることを改めて痛感させられる。

このような腰痛に関する書籍が過去に存在したであろうか。本書は多角的な視点から腰痛の原因と病態に切り込む、全く新しい知見を与えてくれるのである。本書を理解することで、腰痛治療に難渋し診療に悩む臨床家に、新たな道標が示されるものと期待する。本書の発刊により腰痛のすべての疑問が払拭される訳ではないが、新しい解決への糸口として、多くの示唆を臨床家に与えてくれるであろう。臨床家の読者におかれては、臨床現場と照らし合わせ、腰痛の理解を深めていくと同時に、腰痛を理解するうえでの新たな視点を築いていただけたら幸いである。

本書を発刊するにあたり、翻訳の機会を与えていただいた（有）ナップ 亀田由紀子氏に深謝申し上げたい。さらに、翻訳作業中に私を支えてくれた家族に、感謝の気持ちを送りたい。

2015年5月

渡邊 裕之

巻頭言： 脊椎制御に関する共通認識

脊椎がどのようにコントロールされるかについて、多くの見解がある。また、それが脊椎の痛みによりどのように変化するか、この変化は患者が示す症状と関連があるかどうか、さらにリハビリテーションにおける最適な選択についても、見解は様々である。関連する領域は急速に発展しており、これらの見解も同様である。このことは、研究と臨床の両方に相当な混乱を生じ、腰痛および骨盤痛に対する運動療法による介入の最良の方法に関して、多くの議論が公表されてきた。

知識の急激な増加、さらに利用可能なデータの解釈についての明らかな相違が、その領域の専門家を招集する推進力となった。その目的は、領域について知られていることを要約し、結論が得られた分野、および理解と解釈の相違がある分野を確認し、臨床における意味を考慮することである。この会議および本書においては、「運動制御(motor control)」は脊椎のコントロールに寄与する神経生理学と生体力学のメカニズムのコンビネーションとして、広く定義された。

国際的な専門家による会議が、オーストラリア国立健康医学研究評議会 (National Health and Medical Research Council of Australia) の助成金による脊椎障害と健康の臨床研究センター (Centre of Clinical Research Excellence in Spinal Pain Injury and Health) によって、2009年に開催された。我々は組織委員として、異なる方法〔バイオメカニクス、脊椎矯正指圧法、臨床試験、工学、エルゴノミクス、運動科学・運動生理学、医学、神経科学、痛み科学、物理療法・理学療法〕、異なる研究方法、および異なる見解を表明している国際的な専門家のリストを考案した。指名され招待された人のうち、83%は参加することに合意し、最終的に70%が会議に参加した。招待された専門家は基礎科学者と臨床家であった。会議はすべての出席者がプレゼンテーションを行うように構成され、各自が領域内の合意が得られている分野と意見の相違がある分野を示すように依頼された。これらの分野は、組織委員と議長によって再検討され、5つのトピックに分割された。5つのトピックは各グループに提示され、主題 (theme) を最もよく表現した声明を作ることを最終目的として、議論された。各主題は以下の項目の検証に基づき、議論のための時間を割り当てられた。

- わかっていることは何か
- 主要な問題は何か
- 見解が一致している分野，相違がある分野はどれか
- 答えなくてはならない重要な疑問は何か

各セッションにおいて，上記の疑問に対する回答のリストを提供する討論者が，各主題に関して指定され，各グループはそのリストについて議論した。グループのコンセンサスに基づき，問題を削除，組み合わせ，付加する機会が設けられた。その後，各討論者が問題についてのプレゼンテーションを行い，議論の司会を行った。議論は，各論点 (issues) の下で主題に基づいて整理された。セッションの終わりに主な主題が再検討され，また必要に応じて補足的な議論が行われた。セッションの後に，各主題内の各論点に関する議論を主題に基づき整理した要約が出席者に送られ，コメントと説明が求められた。それぞれが脊椎の運動制御を理解するために価値があるものと考えられたので，問題の重要度について優先順位をつける試みは行われなかった。結果的にできあがったのは，領域内の理解を進めるために取り組む必要があると考えられる重要な主題と論点のリストである。最終目標は，詳細なリストを提供することなく，研究の重要な領域を確認することであった。決定的に重要であったのは，腰痛・骨盤痛の臨床における管理（あるいは予防）に関連して考慮することであった。その後，各トピックは本書第5部内の各章に公式に記された。2010～2011年にこれらの章は再検討，改定，更新された。

この領域は刺激的な発展の過程にあるが，運動制御の問題と，脊椎の痛みの管理との関連性の証明については，未だ課題が残っている。本書は，脊椎のコントロールについての最新の知見に関するレビューを提供するものである。我々は，読者がこれらの情報により刺激を受け，腰痛・骨盤痛に対する運動制御の関連性について深く思索し，臨床と研究調査へとつなげる機会とすることを望む。

Paul W. Hodges, Jaap H. van Dieën, Jacek Cholewicki