

序 文

現在では多くの選手がスポーツ医科学のサポートを利用することができ、アクセス可能なスポーツ整形外科も増えて、適切なケアを提供できる体制が整ってきています。スポーツ現場においてもアスレティックトレーナーの需要が高まり、雇用するチームが増えています。一方で、学校教育の現場におけるサポートは現状ではけっして十分とはいえず、本来専門家ではない指導者がその役割を果たすこともあります。理学療法士やアスレティックトレーナーだけでなく、保健体育の教員やスポーツ指導者も含めて、スポーツ選手に対するケアを勉強していく必要があります。

スポーツ選手にかかわる方がリハビリテーションやコンディショニングの知識を学習する場合、これまで出版された多くの専門書が助けになることと思います。本書はそのなかでも、初学者にとって有益な知識を提供します。スポーツ医科学や体育学、理学療法などの医療技術を学ぶ学生に限らず、若手の理学療法士やアスレティックトレーナー、その他スポーツ選手をサポートする方にとって包括的な入門書となるように構成しました。

本書はまず、スポーツ外傷・障害とコンディショニング、リハビリテーションの基礎知識と応急処置について解説し、次に部位別の代表的なスポーツ外傷・障害とリハビリテーションについて、機能解剖を踏まえてそれぞれ解説しています。後半はコンディショニングの手法のうち、テーピングとストレッチング、マッサージについて基本的な技術を紹介しています。最後に、近年最も進歩したといってもよい領域である、機能的動作のスクリーニングとコレクティブエクササイズについて解説しています。各章とも、その領域において先進的に臨床や研究を行い、第一線で活躍されている理学療法士やアスレティックトレーナーの方々に執筆を依頼しました。

本書は、入門書としてわかりやすく内容をまとめましたが、深く読み進めると、経験を積んだ方にとっても有益な情報や臨床における工夫が散りばめられています。本書が読者の方々のスキルアップの一助となるだけでなく、最終的に読者が普段接するスポーツ選手に多くの内容が還元されることを期待しています。

発刊にあたり、編集にご尽力いただいたナップの亀田由紀子さんに深謝いたします。

2016年5月

日本大学准教授 小山 貴之