

第2版 序 文

本書第1版を2016年に刊行してから約7年が経ちました。その間、スポーツ医科学サポートは発展を続け、現在ではアスリートの診療からリハビリテーション、アスレティックトレーニング、ストレングス&コンディショニングまでを、各専門職が専門知識・技術をシームレスに提供するトータルコンディショニングサポートが提唱されています。これは、アスリートを取り巻く専門職間での連携が重要であることを示しており、自身の役割に関する知識・技術の向上だけでなく、各領域の理解も必要となります。そこで本書の改訂にあたり、トータルコンディショニングサポートに必要な知識・技術を新たに追加しました。

具体的な改訂内容として、第1版でスポーツ外傷・障害の基礎知識として紹介した運動学や力学、解剖、運動発達といった内容は、今版では省略しました。この内容については、多くの他書がありますので参照いただきたいと思います。代わりに、追加の十章として「スポーツ栄養の基礎知識」を松本恵先生に、「リカバリーの実際」を笠原政志先生に執筆いただきました。両先生ともに、他章の先生と同様にその領域において先進的に研究や実践をされており、それぞれ最新の内容を体系的にまとめていただいています。その他、大きな変更点として、「救急対応」の章に「外傷の処置」と「脳振盪の評価と管理」の項目を追加いただきました。また、「機能的スクリーニングとコレクティブエクササイズ」の章に、コレクティブエクササイズの例を多く追加いただきました。その他の章も、さらにブラッシュアップした内容に改訂いただいています。

本書はアスリートサポートに必要な知識・技術を網羅的にわかりやすく整理しており、初学者にとっての入門書としてだけでなく、読み進めると現役専門職の方にとっても実践的な内容が多く含まれています。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、最終的に読者が関わるアスリートに多くの内容が還元されることを期待しています。

2023年3月

日本大学教授 小山 貴之

第1版序文

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