

座長／東京慈恵会医科大学葛飾医療センター／落合和彦
／法政大学スポーツ健康学部／平野裕一

近年、女性アスリート特有の問題や競技力向上に向けた取り組みが盛んになり、H25年度より多施設でスポーツ庁の受託事業により「女性アスリートの戦略的強化に向けた調査研究」が行われている。これらの研究結果を現場にフィードバックし、今後の女性アスリートの障害予防や競技力向上につなげることが求められている。本シンポジウムでは、これまでスポーツ庁の受託事業で実施してきた調査結果を報告し、今後の女性スポーツ医学の発展につなげることを目的とし企画された。

まずはじめに、国立スポーツ科学センター整形外科の半谷美夏先生より、女性アスリートの仙腸関節障害の機序や評価についてご発表頂いた。仙腸関節痛は女性選手に多く、有症状期間が長いアスリートではMRI画像のSTIR像で患側に一致して高信号を認め、競技スポーツ動作に伴う負荷を反映している可能性があり、今後の障害予防に有用である可能性が示唆された。

国立スポーツ科学センター婦人科の能瀬さやか先生には、骨吸収マーカーであるTRACP-5bと疲労骨折の関連についての調査結果を報告して頂いた。女性アスリートを対象に前方視的に行った調査では、新規疲労骨折群でTRACP-5bが有意に高値を示し、また、10代ではTRACP-5bが疲労骨折の予測マーカーとして有用である可能性が示唆された。疲労骨折の好発年齢は16歳から17歳であり、今後の10代における疲労骨折予防としてTRACP-5bが有用である可能性が示された。

日本体育大学須永美歌子先生には、月経周期がパフォーマンスや血中ストレスマーカーに与える影響、また、月経周期を考慮した体組成管理についてご発表頂いた。黄体期に血中カルニチンが低下し、持続性パフォーマンスや疲労感に影響を与える可能性があることや黄体期から月経期にかけて水分貯留に伴う体重増加がみられることが報告された。月経周期によりコンディションやパフォーマンスに影響がみられるアスリートは多く、月経周期を考慮した管理の重要性を示して頂いた。

国立スポーツ科学センター中村真理子先生には、低用量ピルが女性アスリートのコンディションやパフォーマンスに与える影響についての縦断的な調査結果をご発表頂いた。近年、月経困難症や月経前症候群、試合や練習日程に合わせた月経周期調節目的等で低用量ピルを服用するアスリートは増加傾向にあるが、服用に伴うパフォーマンスへの影響を懸念する声も多い。今回の調査結果では、低用量ピル服用によるコンディション及び運動パフォーマンス低下はみられず、今後の女性アスリートのコンディションの一助として低用量ピルが活用できる可能性が示された。

最後に国立スポーツ科学センター内科の土肥美智子先生より、女性トップアスリートの試合時のコンディションに関する調査・研究についてご発表頂いた。ドーピング検査時の水分摂取によりコンディションを悪化させるアスリートがみられることから、検査時の効果的な飲水方法、飲料の種類に関する調査結果を中心にご発表頂いた。

女性アスリートの調査研究は、諸外国と比較すると本邦では取り組みが始まったばかりであるが、様々な分野の専門家が連携を取り調査を継続しデータを蓄積していくことが必要である。そして、これらの調査結果が研究者の成果として留まるのではなく、世代や競技レベルを問わず多くの女性アスリートに還元されていくことを期待したい。