

スポーツ活動中に多い ケガや病気（内科）

内科的スポーツ障害について、まれだがいったん起こった場合には致死的あるいは高度後遺症を起こし得る「急性障害」と、競技スポーツのため中長期間トレーニングに励んだ者に起こりやすい「慢性障害」とに分けて考える。

内科的スポーツ障害

急性障害

いったん起きると致死的
あるいは高度後遺症につながる

慢性障害

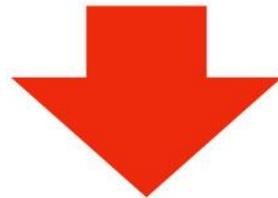
競技スポーツに長期間
取り組んだ競技者に起きやすい

Q 4

急性障害

1 突然死

「事故、外傷、自殺などの外因死を除く自然死（内因死、病死）のうち原因疾患発症から24時間以内の死」



大多数は激しい身体活動中か
その直後に発生し、はっきりした前駆症状に
乏しく、初発症状のまま死に至る

青少年のスポーツ中の突然死における死因

- 肥大型心筋症
- 冠動脈奇形
- 不整脈原性右室心筋症
- WPW症候群
(早期興奮症候群)
- 心筋炎
- QT延長症候群
- 僧帽弁逸脱症
- 若年発症性冠動脈疾患
- Marfan (マルファン) 症候群

指導者は、入学時検診や心臓検診を最大限利用させ、胸部不快感や胸痛、失神歴、家族歴、既往歴などから、予知・予防によるリスク管理につとめる

中高年のスポーツ中の突然死における死因

多くは**虚血性心疾患**

高血圧、高脂血症、糖尿病、高尿酸血漿、肥満、喫煙などの冠血管危険因子を背景とした冠動脈硬化による

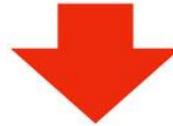


生活習慣病を有するハイリスク群は、
運動負荷心電図検査を含む毎年の
循環器的メディカルチェックが予防に有効

2 熱中症

暑熱環境下で発生する障害

スポーツ活動中の熱中症は、頭部・脊椎外傷に次いで多い死亡原因となっている



熱けいれん

血液中のナトリウム濃度の低下で四肢筋肉に痛みを伴うけいれん

熱失神

血管拡張と発汗による脱水で血圧低下から失神に至る

熱疲労

脱力感、倦怠感、めまい、頭痛、嘔気、体温上昇など

熱射病

多臓器不全に至る可能性がある