



# スポーツ現場における脳振盪のマネジメント ~実践編~

JAPAN RUGBY LEAGUE ONE クボタスピアーズ船橋・東京ベイ

中陳 慎一郎(なかぜ しんいちろう)

修士(スポーツ科学)、理学療法士、日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー

# 本日の講義内容

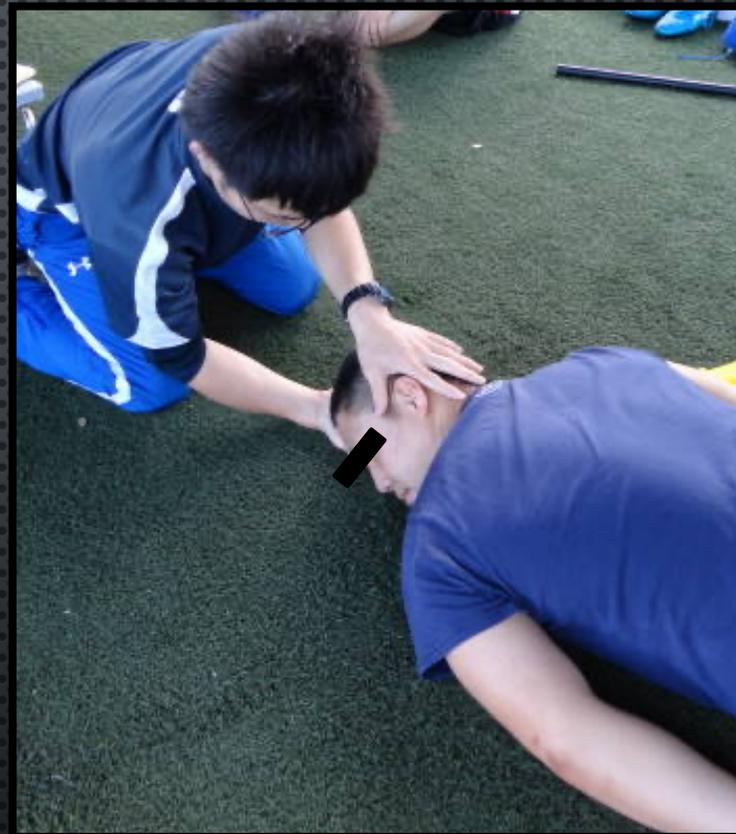
- 脳振盪の基礎
- スポーツ現場における頭頸部外傷に対するプレホスピタルケア
- 脳振盪受傷から段階的競技復帰までの実際

# 選手の姿勢によるアプローチ方法の違い

## ◆ 仰臥位



## ◆ 腹臥位



- 2人以上で駆けつけるようにする。
- 1人は頭側より頭部固定
- 1人は横から状態の確認（腹臥位の場合は選手の見える位置へ）

# 防具が脊柱アライメントに及ぼす影響

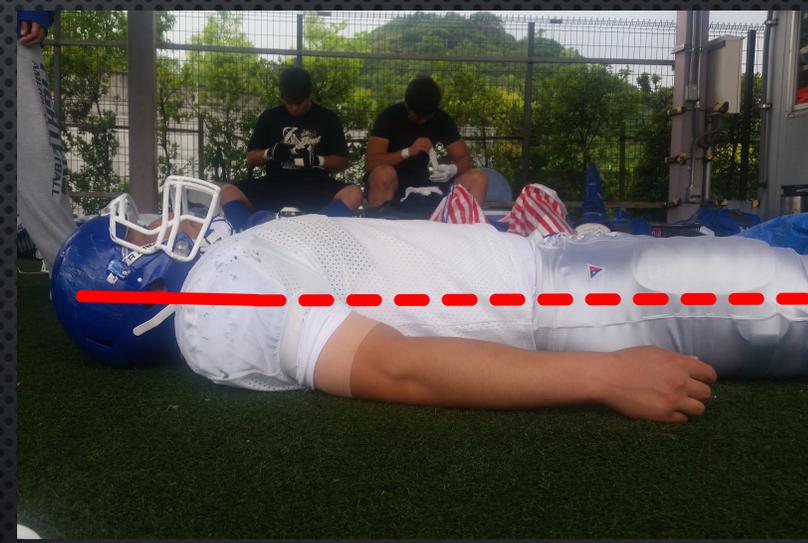
ショルダーのみ  
頸部は伸展位になる



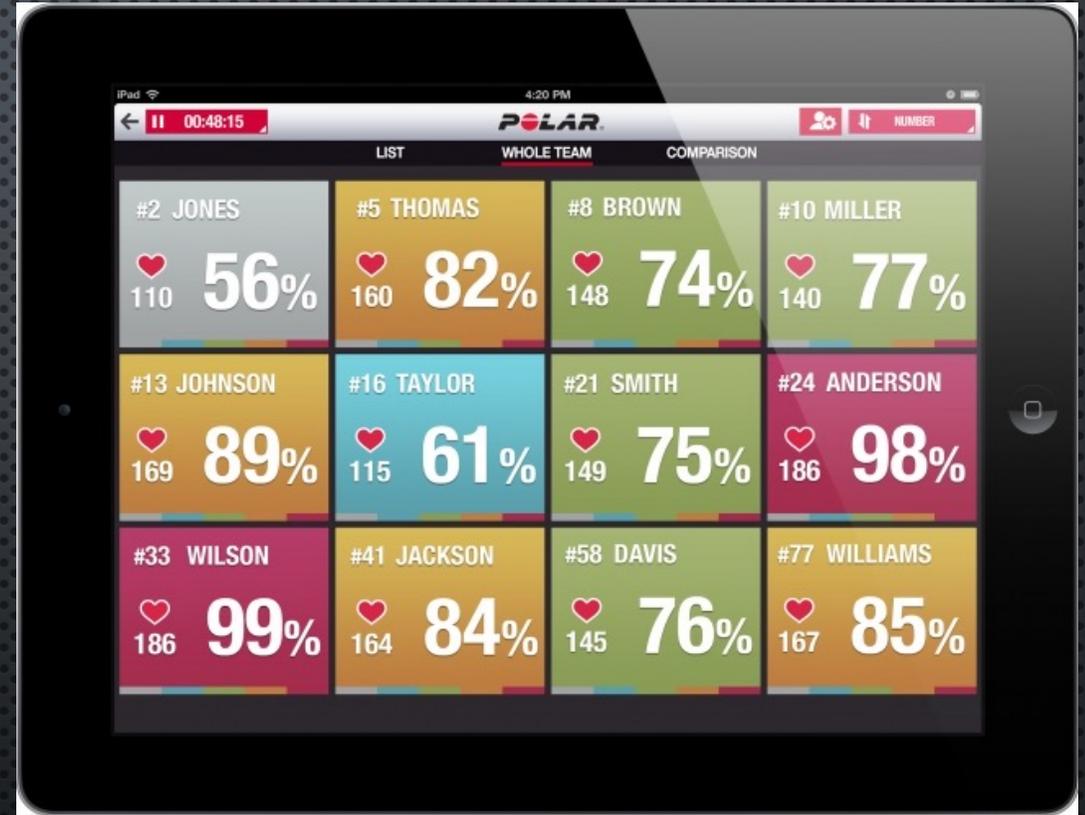
ヘルメットのみ  
頸部は屈曲位になる



ヘルメット+ショルダーあり  
頸部は正中位に保持される



# G RTPにおいてStage2が最も重要なステージのひとつであり、 運動負荷に関する変数設定には注意



同じ心拍数でも実施する種目や選手ごとに自覚する疲労感は異なる事を考慮する