

プレシーズン期における男子大学生ハンドボール選手の肩関節機能評価

大垣亮, 桑原康平
仙台大学体育学部

キーワード: 肩関節傷害, 肩関節可動域, 回旋腱板筋力

【要 旨】

本研究は, 男子大学生ハンドボール選手を対象に, プレシーズン期に肩関節の関節可動域と回旋筋力を測定し, 肩関節の傷害リスクの有無でその特性を比較した. 男子大学生ハンドボール選手15名が本研究に参加した. 過去に投球時に肩痛を経験した選手や, 前方不安定性を有する選手, 腱板機能に対するスペシャルテストで陽性が有った選手は, リスク群(6名)に分類し, 他の選手は健常群(9名)に分類した. 全ての選手は, 投球側および非投球側の肩関節可動域と, 回旋筋力を測定した. プレシーズン期で関節可動域は著明な差はなかったが, 肩関節の傷害リスクが高い選手では, 投球側の肩外旋筋力が低かった. 肩外旋筋力は, 男子大学生ハンドボール選手におけるプレシーズン期のメディカルチェックで重要な評価になると考えられた. 今後は, 傷害リスクの高い選手に対する肩外旋筋力の改善が, 傷害予防に貢献するかを確認する必要があると考えられた.

スポーツパフォーマンス研究, 8, 14-23, 2016 年, 受付日: 2015 年 5 月 10 日, 受理日: 2016 年 1 月 20 日

責任著者: 大垣亮 〒989-1693 宮城県柴田郡柴田町船岡南2丁目2-18 r.ogaki731@gmail.com

* * * * *

Evaluation of shoulder joint functions in male collegiate handball players during preseason period

Ryo Ogaki, Kohei Kuwahara

Faculty of Sports Science, Sendai University

Key words: shoulder injury, shoulder range of motion, rotator cuff muscle strength

[Abstract]

The present study compared the shoulder joint range of motion [ROM] and rotator cuff strength with or without past injury risk in male collegiate handball players during preseason period. The subjects were 15 male collegiate handball players. Players who experienced shoulder pain, or anterior joint instability, or resulted in the positive special tests were classified into the shoulder injury risk group (6 players). Other players were classified into the healthy group (9 players). The shoulder joint ROM and rotator cuff strength were measured for the both sides of shoulder of all players. The shoulder joint ROM did not show significant difference in preseason period, but players' external rotational muscle strength with injury risk was low. The shoulder external rotational muscle strength is important for risk assessment of male collegiate handball players in preseason medical check. It is important to improve the external rotational strength which effectively contributes to prevention from the shoulder injury of high risk players.