

～ 私たちの目指す「運動器治療」～

1. スポーツ診療

スポーツ診療はスポーツで生じたケガ（外傷）や故障（障害）を対象とした医療のことですが、スポーツ診療は大きく二つに分けることができます。一つは「スポーツ選手の壊れた膝や腰を治す」もの、もう一つは「膝や腰が壊れたスポーツ選手を診る」ものです。「同じじゃないか」と言う方々が多いと思いますが、患者に向き合う姿勢、すなわち志や心意気（マインド）が違います。前者は壊れた膝や腰をパーツとして捉え、パーツを治すことだけに専念し、選手が元のパフォーマンスに復帰できるかどうかには責任をもたず、“現場任せの丸投げ”です。後者は壊れた膝や腰を抱える選手と向き合い、パーツを治療するだけでなく“現場に復帰できるように”関わります。現代は医療の役割分担や分業、手術での増収や病床の運営効率を重視しているため、大多数が前者の診療です。

2. スポーツ外来の方針

膝や腰などの運動器のケガ（外傷）や故障（障害）を診ます。膝や腰などのパーツの治療だけでなく、壊れた原因を探しだし、くり返さないように根本から対応します。また保存治療や手術でも治らない場合がありますが、どうしたらスポーツを継続できるかを“一緒”に考えます。治療の基本は保存療法で、ストレッチや筋力強化などの運動療法で身体機能の改善をはかります。外傷や疾患によっては即手術の場合もありますが、術後は身体機能の改善に努めます。



3. 健康外来の方針

治療概念はスポーツ診療とほぼ同じですが、運動療法は自費での対応となります。運動器（関節、脊椎、筋肉、神経など）の評価や治療は保険診療でできますが、障害が無く健康の維持増進を目的とする場合は保険診療ではできないからです。スポーツジムで保険が使えないことと同じ理由です。

4. スポーツ・健康外来の実施要綱

スポーツ外来、健康外来ともに予約制で、当日でも枠が空いていれば診療します。

健康外来は月曜日の午後だけで、1日2名まで、1ヵ月で若干名の対応とします。通常の外来で膝や腰など運動器の診察（保険診療）を受けた後に、専門のトレーナーの面接を受け、食生活、睡眠、仕事などを聴取し、さらに身体チェックで可動域や柔軟性を確認します。1回の指導は当日の血圧などの体調チェックの後に、マンツーマンで45分の運動指導（自由診療、1回5000円）を受けて頂きます。5回を1クールとし、効果を判定します。その後、継続する場合はトレーナーとの相談となります。

スポーツ外来は保険診療で、月曜、土曜日いずれでも予約可能ですが、予約枠がなくなれば受け付けできないことがあります。単に痛みを取るだけでなく、痛くなった原因や背景までつきとめ、根本から治療や予防を行います。希望があっても、必要性が低い場合は画像検査（MRIやCT）や投薬・注射は行わないこともあります。治療はストレッチや筋力トレーニングなどの運動療法が中心となりますが、手術が必要な時は手術可能な施設に紹介し、“担当医と一緒に手術”することもあります。



担当医の経歴



柏口 新二 医師

最終学歴：徳島大学医学部卒業、大学院博士課程修了

井形高明、岩瀬毅信先生に師事し、23年間徳島大学病院ならびに国立病院機構徳島病院でスポーツ診療を担当しました。2005年からは東京厚生年金病院整形外科（現 JCHO 東京新宿メディカルセンター）でスポーツ・

健康外来を担当し、トップアスリートの現場復帰に貢献するとともに、夜間外来を開設して中・高・大学生のスポーツ外来を行いました。また武藤芳照先生（東京大学）が始めた「転倒予防教室」の運営を手伝い、高齢者の健康増進にも関わりました。2020年からは徳島に拠点を戻し、フリーランス医師として医療過疎地域の支援をしています。

またトレーニングに関して医学生時代から高松市の中尾達文氏（パワーリフティング、18回日本一）に師事し、筋力トレーニングを基礎から学びました。机上の学問ではなく、今もって自らの身体で実践・体得しています。東京ではビルダーの聖地トレーニングセンターサンプルで宮畑豊氏に師事し、ビルダーだけでなく力士や格闘家の筋力トレーニングを学びました。また東京大学の石井直方先生やSBホークスの元ストレングスコーチ高西文利氏、NHK筋肉体操の谷本道哉先生と一緒にセミナー開催や本の著作を行い、筋力トレーニングの発展・普及に努めています。