

# <臨床症例3> サッカー選手

サッカー選手の内転筋障害が治療とキネシオテーピングのヘルプでも改善できず、重大な疾病が潜在していた症例。



高校生サッカー選手



股関節内転筋痛

## 患者の概要:

### 身体状況

性別:男性 年齢:15歳 未婚

身長:181cm 体重:66kg

視力:右:0.1 左:0.7

血液型:A型 血圧:108~66

経歴:5歳からサッカーを始める、

中心選手として活躍

競技歴 10年

### 日常生活

職業:生徒

勤務・仕事:1日6時間

運動の頻度:毎日 3時間

睡眠:1日7時間

嗜好:なんでも 食欲旺盛

酒:— タバコ:—

大きな病気は特に無し。

難産で生まれる

## 主訴:

- 猫背
- 故障がちだった股関節内転筋群が常に痛むようになる。
- サッカーの練習中に常に痛む。
- 身体が凄く疲れる。
- 痛みをとり軽快な動きをしたい。

## 主症状:

- 右股関節の付け根が常に炎症を起こしている。
- グロインペイン(股関節内転筋障害)
- 大腰筋、内転筋、半腱様筋、半膜様筋などの筋肉群が、練習中に痛む。
- 膝蓋内側の筋肉、内側広筋などが痙攣する。
- 練習が終わった後にぐったりして、ソファから起きられなくなる。

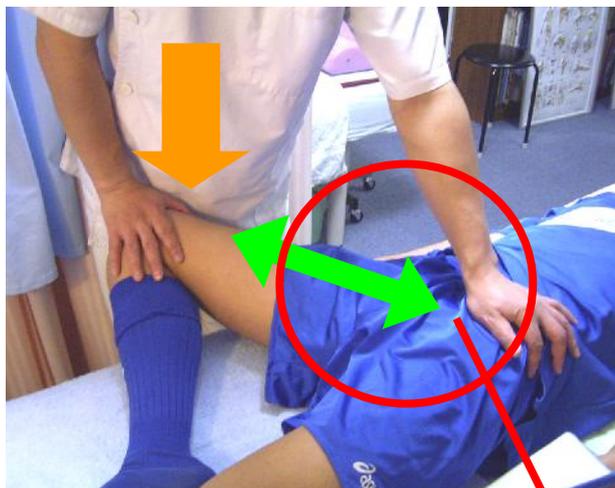
**整形外科テストおよび筋肉テスト**：大腰筋、中臀筋、梨状筋、内転筋、大腿直筋、縫工筋テストなどによる。



**中殿筋テスト**



**大腰筋と縫工筋の抵抗度テスト**



**外腹斜筋テストと  
痛みの圧痛点検査**



**パトリックテスト**

**前十字靭帯と後十字靭帯テスト**

**身体的な特徴**：下肢の筋肉が発達、身体の歪み大きい。

**体幹前面**

**体幹後面**



右肩下がる  
猫背

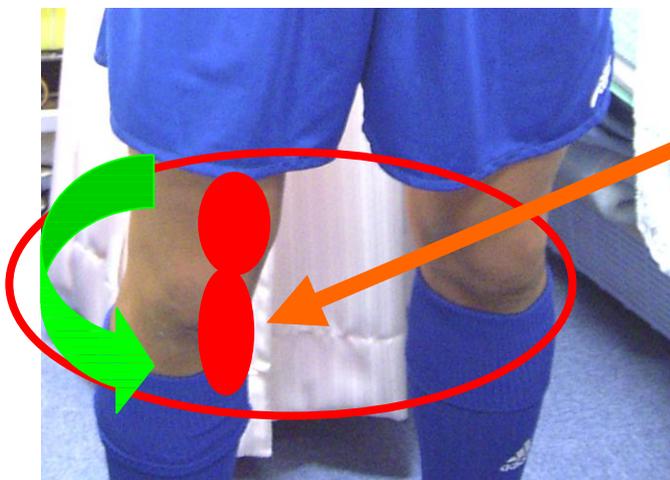
脊柱の弯曲部分

体重の方向

大殿筋・梨状筋  
の筋肉群硬結

股関節  
内転筋の痛み

内側広筋から半月板  
にかけての痛み



内側広筋から内側半月板  
が練習すると痛む  
右膝蓋内転

左体側



右体側



上部胸椎前彎曲強い



恥骨筋・内転筋に  
強い痛みのある部位



右足先端に皮膚感覚  
がない坐骨神経痛の  
症状

# 体軸のゆがみと筋肉の硬結

患者本来のクセのある筋硬結の部位



サッカーで特に疲れてくる筋肉の部位

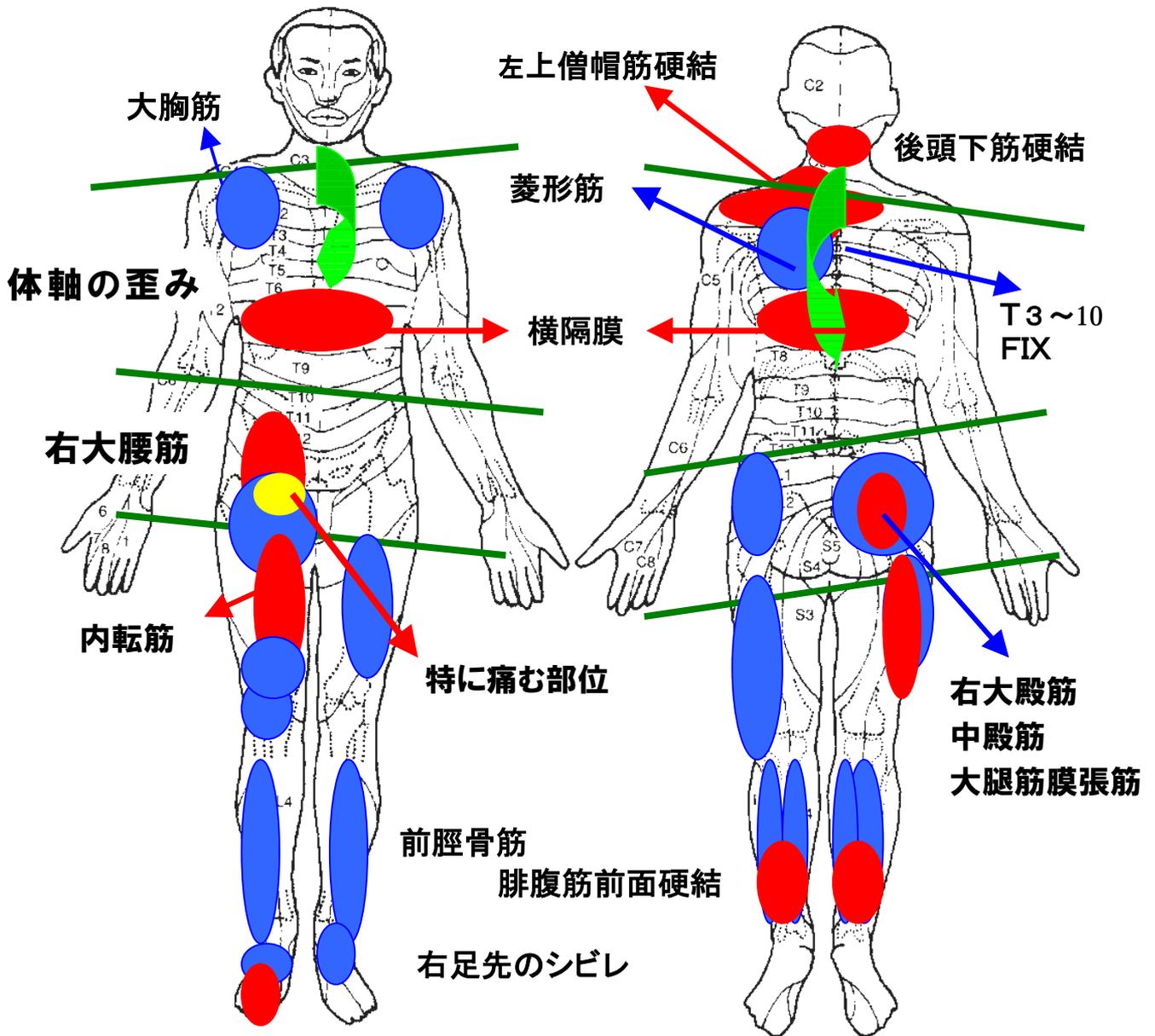


体幹の変位



前部

後部



## 診断:

- 股関節内転筋障害。グロインペイン症候群。
- 恥骨筋、内転筋の炎症が強い。
- サッカー競技の特性上、上肢の筋肉が下肢に比較すると弱い。
- 右足先端に皮膚感覚がない坐骨神経痛の症状が出る。
- 右足キックの癖が身体にあり、下肢の左体側に体重がかかる。
- そのため左に重心がかかり、上肢の歪みが大きい。
- 骨盤も左下がり。
- 恥骨筋の圧痛点を押すと内側広筋に痛みが出る。
- 疲労が溜まると、何も動きたくなくなるのは他の病状も疑う。

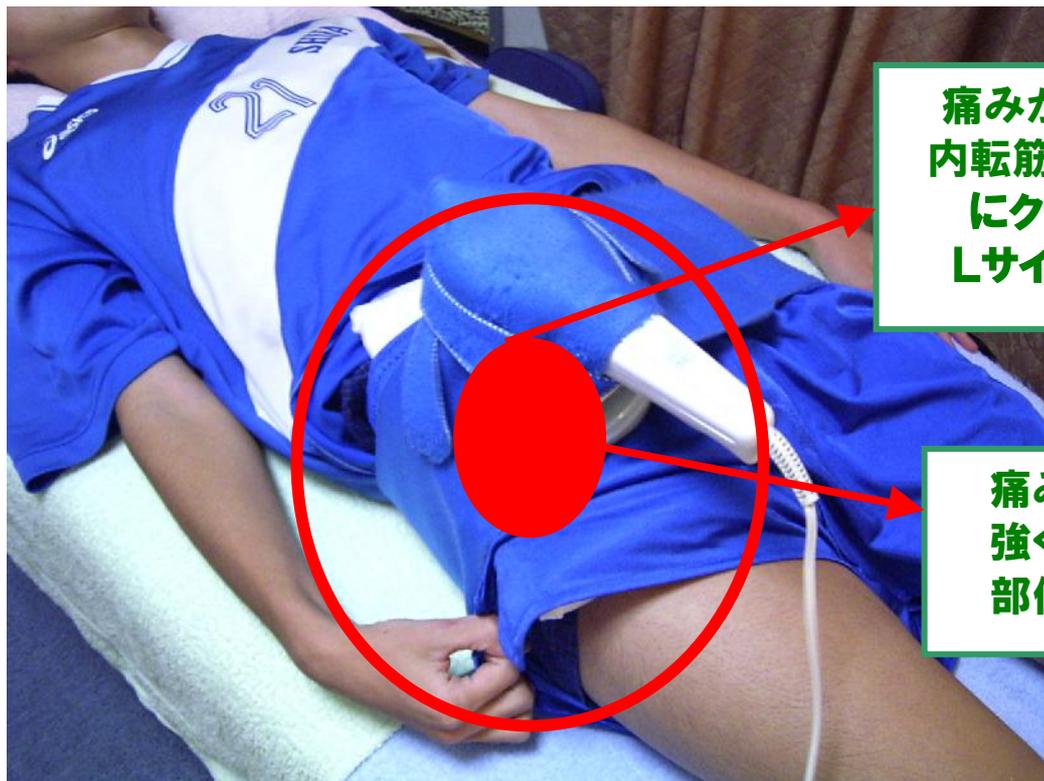
## 治療と経過：

- 股関節の筋肉群の炎症を取るクライオ CDV
- 大腿部と内転筋を中心に筋膜療法
- その後に大腰筋、内転筋などのキネシオテーピングを施す。
- トリートメントを週 1～2 回、1ヵ月半続けるが、練習中の痛みが思うようにひかない。
- 身体が非常に疲れていることから別の病気を疑う。
- 専門医のレントゲンと血液検査を勧める。
- 後日、鉄欠乏性貧血と判明。すぐに運動を中止し、増血剤と鉄分の投与を始める。
- 心臓に過負荷がかかっている事による重度の疲労感と判明。
- そのまま運動を続けていると心不全で倒れる可能性大。
- 内転筋群に毛細血管から血液が滲み出る。
- 成長期の細胞成長に使うヘモグロビンの使用量が大きくかつ過度の運動で貧血になったことが判明。
- 治療に関しては、からだの筋肉と関節へのヘルプを意識する。

**治療プロセス:** 股関節の筋肉群の炎症を取るクライオ。大腿部と内転筋を中心に筋膜療法とキネシオテーピングを施す。

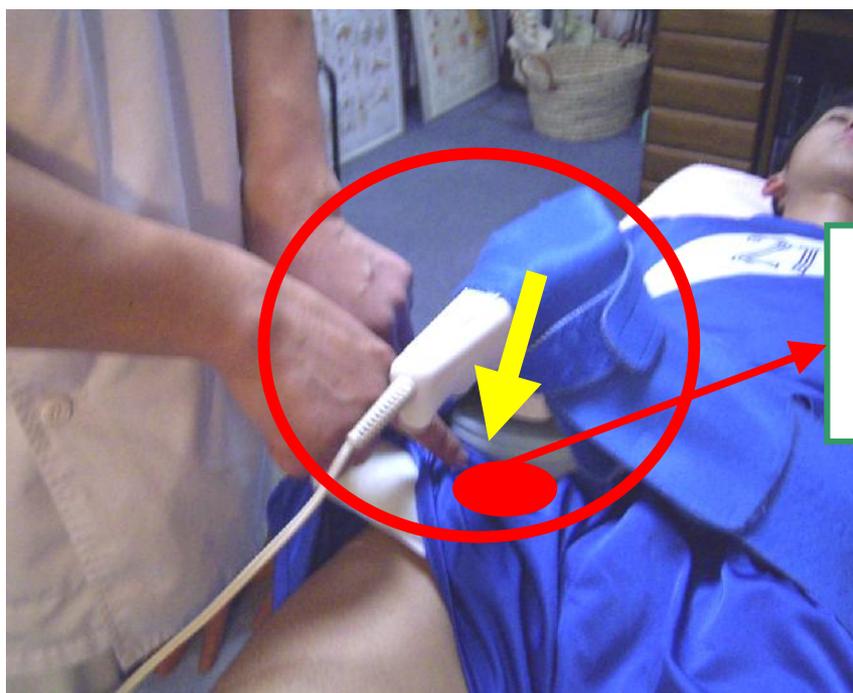
## クライオセラピー

下肢 大腰筋・恥骨筋



痛みがある大腰筋  
内転筋・恥骨筋全体  
にクライオCDV  
Lサイズ 10分間

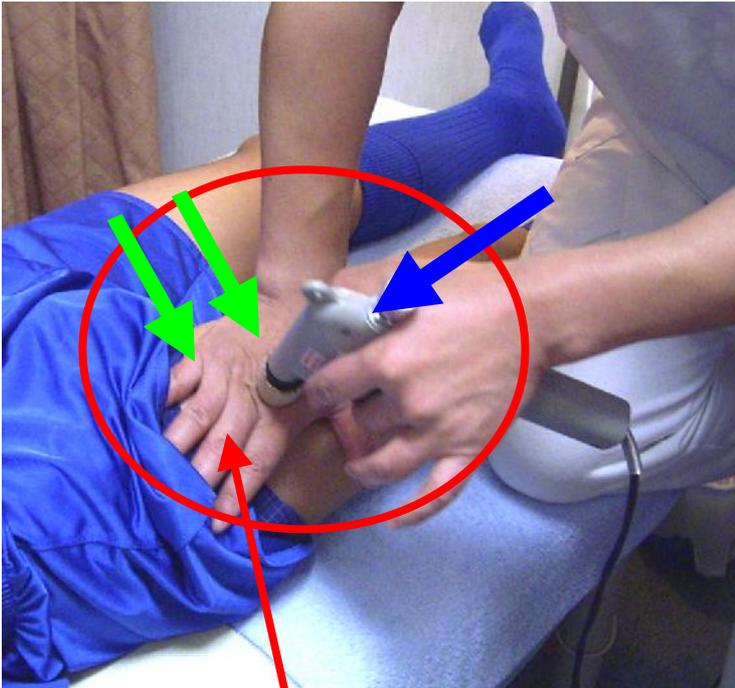
痛みのポイント・  
強く炎症している  
部位にアプローチ



指で指示している部位が  
痛みのピンポイント  
疲労が溜まると特に痛む

# 筋膜療法と筋膜アジャスト・1

## 体幹下肢の筋膜療法



恥骨筋の深部にスラッキング  
手掌で筋膜を探る



大腰筋スラッキング  
筋膜を体幹中心部に  
近づける

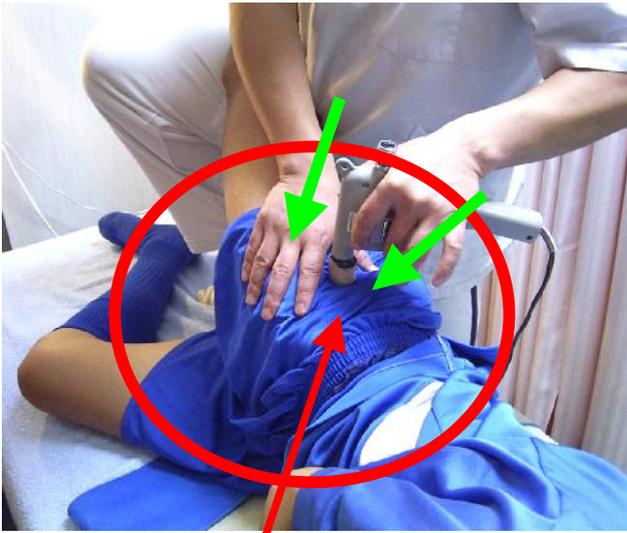
大腿筋膜張筋を外側に浮かせる



大内転筋をつかんで  
スラッキング  
痛みの部位を避けて

## 筋膜療法と筋膜アジャスト・2

### 体幹下肢の筋膜療法・アジャスト

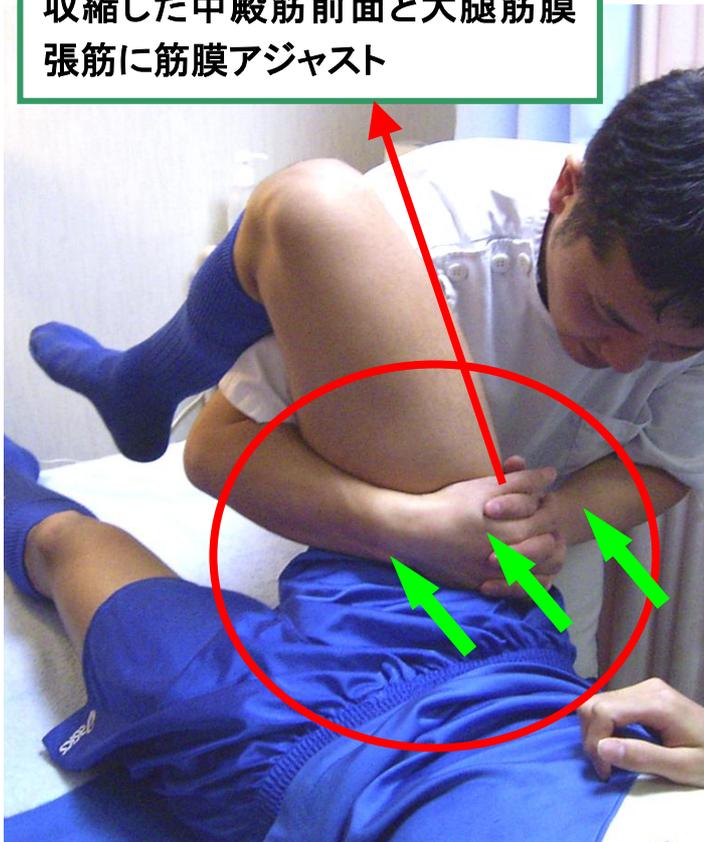


中殿筋と梨状筋へのスラッキング  
体幹に筋肉を近づける



仙腸関節のアジャスト

股関節筋膜アジャスト  
収縮した中殿筋前面と大腿筋膜  
張筋に筋膜アジャスト



股関節アジャスト  
股関節自体を引き出す

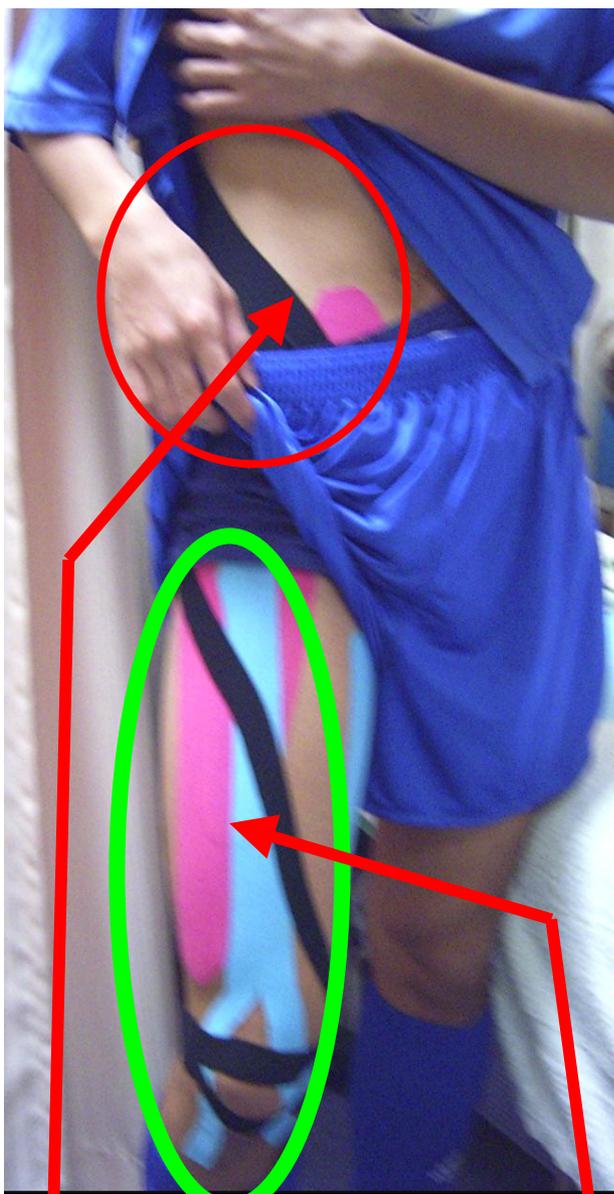


## キネシオテーピングによるアプローチ

痛みのある部位、大腿部と内転筋、大腰筋を中心にキネシオテーピングを施す。

### 下肢全体のテーピング

#### 下肢前部



大腰筋・外腹斜筋テープ

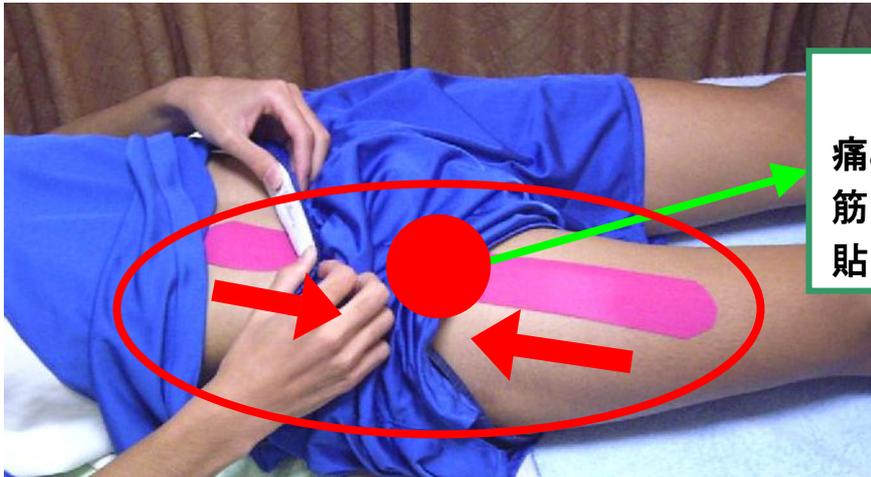
大腿筋膜張筋テープ  
大腿直筋テープ

#### 内側部



縫工筋・内転筋テープ  
膝蓋コレクションテープ

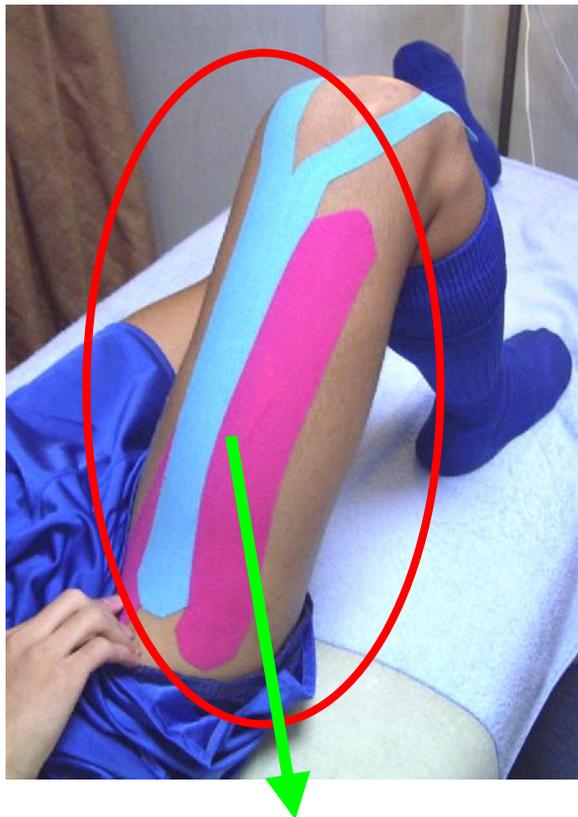
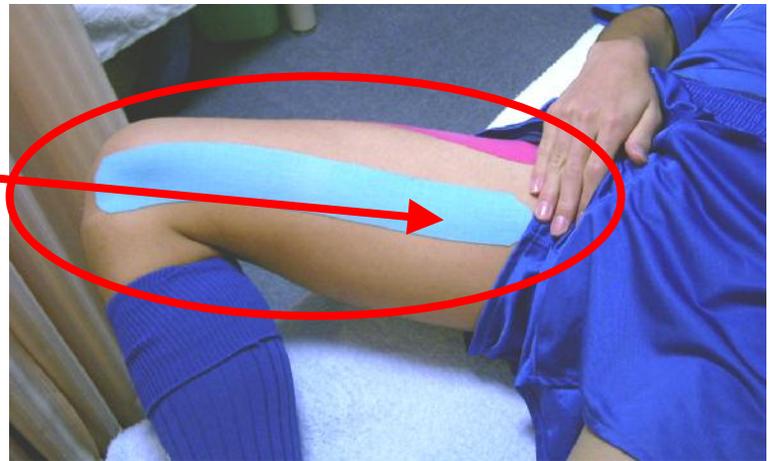
## 下肢のテーピング 貼付けの概要と順序



### 大腰筋テープ

痛みのポイントをおさえて  
筋膜がそこに集まるように  
貼り付ける

大内転筋テープ  
インサイドステップを補助



大腿筋膜張筋  
大腿直筋テープ



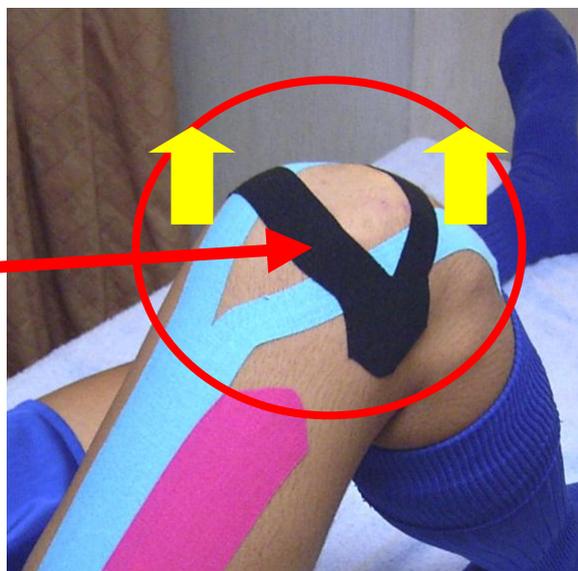
### 膝蓋コレクションテープ

キック時の膝蓋内側の  
動きをホールドする

## 体幹・下肢の順序 2

### 膝蓋コレクションテープ外側

膝蓋をわずかに上方に浮かせ、  
内側側のすべりを持たせる

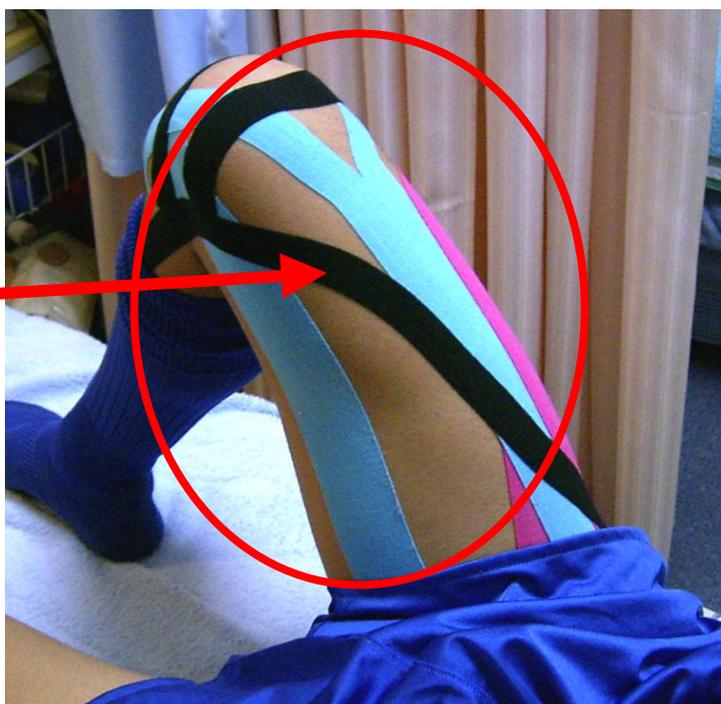


### 外腹斜筋テープ

外腹斜筋の筋膜を恥骨筋側に  
引き下げるように貼付  
痛みで緊張度の強い恥骨筋  
の筋膜にすべりをもたせる

### 縫工筋テープ

サイドステップおよび  
サイドキック時に股関節  
の痛みが出る不安があり、  
より大腿部の安定を図る



## 治療後の考察:

- 股関節の筋膜治療とキネシオテーピングの貼付けによって、一時的な痛みの軽減はできた。
  - しかしすぐに痛みがぶり返し、改善が非常に遅い。
  - 体調の悪さを聞き、専門医の診察を勧めた。
  - 鉄欠乏性貧血は増血剤と鉄分の投与によって徐々に体調が回復。運動を少しずつ始める。
  - 根本的にはヘモグロビンの絶対量の回復を待つのが先決。
  - 現在は運動の頻度を少なくしながら、筋力の衰えを回復するプログラムを処方する。
- 
- 運動の頻度の減少とともに股関節症は軽減した。
  - 運動に向いている選手か否かを見極めることも必要
- 
- 患者が増えれば増えるほど、難しい治療の経験を積みば積むほど、人間の身体に対する「真摯な姿勢と謙虚さ」が要求されることを痛切に感じる。