2022年度　科学的トレーニング特別強化事業

科学トレ NEWS LETTER

競技力向上に繋がる提言　～アドバイザーから伝えたいこと～　VOL. 1

「焦った！元旦からのアンチドーピングルール変更」

光仁会木島病院整形外科　北岡克彦

　スポーツにおける禁止物質と禁止方法は、全世界・全スポーツ共通のルールとして、世界アンチ・ドーピング規程の国際基準の1つである「禁止表国際基準」に掲載されています。禁止表は、少なくとも1年に1回改定され、1月1日に発効します。2022年の変更点で最も重要なのは「**糖質コルチコイド**」における禁止内容の変更でした。

「糖質コルチコイド」は競技会時のみに禁止される物質であり、投与方法によって禁止されるか否かが決まります。2021年の禁止表では「経口、静脈内、筋肉内、経直腸使用」が禁止されていましたが、2022年からは「関節内、関節周囲、腱内、腱周囲」も禁止となりました。今まで大会期間中に帯同ドクターがよく行っていた、膝や肩に打つ「ステロイド注射」ができなくなったのです。ただし競技会時にのみ禁止される物質なので、代謝により競技会開始までに体内から排出されるのであれば、大会前の注射は問題ありません。けれども、ここがちょっとややこしいのです。なぜなら、糖質コルチコイドは種類と投与方法で体内から排出される期間はおおよそ決まっていますが個人差もあるからです。

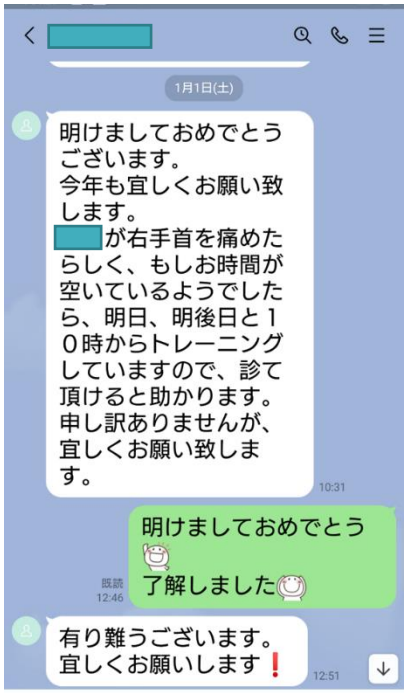

写真１　監督からの連絡

　具体例を紹介しましょう。今年の元旦に北國銀行ハニ―ビーの監督から所属する選手について連絡が来ました（写真１）。チームは1月5日から始まる日本選手権の事前合宿中です。「了解しました」と返信したものの、「ちょっと待てよ、大会まであと4日、もしステロイド注射が必要なら排出されるのに3日、個人差もあることを考えると今日中にしないと**ドーピング違反**になるかも！」と思い、その選手にすぐに連絡しました。「外傷の覚えもなく、12月の世界選手権の時から痛かった。帯同のドクターに診察してもらったら、腱鞘炎と言われ、注射を２回してもらったがあまり効かなかった。」ということでした。世界選手権は2021年の禁止表なので大会中も腱鞘へのステロイド注射は違反ではありません。そこで、もしかして疲労骨折かもしれないし、腱鞘炎ならステロイド注射を打ちたいと思い、その日のうちに病院に来てもらいMRIを撮影しました。幸い骨折ではなく、炎症のある腱周囲（写真2）にステロイド注射を行いました。

日本選手権では全く痛みはなく、チームも優勝、今年は元旦から良い仕事ができました！

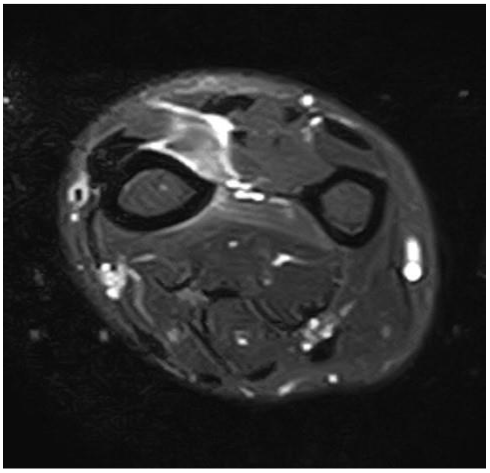
写真2　MRI画像①

写真2　MRI画像②