利用者名：医療保健学部　リハビリテーション学科理学療法学専攻　助教　溝口 靖亮

Scopus

Title:	Current nontraumatic pain and pain-reporting behaviour in male high school volleyball players
論文名（和訳）	男子高校バレーボール選手における現在の非外傷性疼痛と疼痛報告行動
Authors:	溝口 靖亮（東京工科大学 理学療法学専攻・ヒューマンムーブメントセンター・助教）、村上 純一（すみだ運動器リハビリテーションクリニック・理学療法士）、長谷川 晴大（木村整形外科・理学療法士）、須藤 緑（埼玉医科大学病院・理学療法士）、鈴木 健太（木村整形外科・理学療法士）
Journal:	**International Journal of Sports Science & Coaching　DOI：10.1177/17479541261485536**
掲載年月	2026 年 9 月（Online first）

研究概要：本研究では、男子高校バレーボール選手 63 名を対象に、練習中に経験している非外傷性疼痛の実態と、その疼痛をコーチまたはチームの医療サポートスタッフへ伝える行動について調査しました。無記名の質問紙調査により、疼痛の有無、部位、持続期間、疼痛が最も強くなる競技動作、パフォーマンスへの影響、および疼痛の報告先を評価しました。さらに、コーチに疼痛を伝えなかった理由と、医療サポートスタッフに伝えた理由について、自由記述回答を質的に分析しました。その結果、半数を超える選手が非外傷性疼痛を抱えながら練習に参加しており、疼痛をコーチよりも医療サポートスタッフに伝える傾向が明らかになりました。

研究背景：バレーボールでは、スパイクやブロック、ジャンプ、レシーブなどの動作が繰り返されるため、上肢、体幹および下肢に大きな身体的負荷が加わります。高校生選手は、練習を休むほどではない疼痛を抱えていても、競技参加を継続することがあります。このような疼痛は、練習を休んだ期間を基準とする従来のスポーツ傷害調査では把握されにくい一方、競技パフォーマンスや症状管理に影響する可能性があります。また、成長期の選手は、練習参加やレギュラーとしての立場への影響を懸念し、疼痛を周囲に伝えない可能性があります。しかし、高校バレーボールチームにおいて、選手が疼痛をコーチと医療サポートスタッフのどちらに伝えるのか、また、その判断にどのような理由が関係しているのかは十分に明らかになっていませんでした。

研究成果：県大会出場レベルの男子高校バレーボール部 2 チームに所属する 63 名を対象に調査した結果、36 名（57.1%）が、明らかな外傷を伴わず、1 週間以上持続し、調査前 24 時間以内の練習中にも経験した疼痛を報告しました。疼痛部位は膝が最も多く 16 名（疼痛保有者の 44.4%）、次いで腰部 9 名（25.0%）、肩 6 名（16.7%）でした。疼痛を有する 36 名のうち 25 名（69.4%）は、疼痛によってバレーボールのパフォーマンスが低下していると認識していました。疼痛が最も強くなる動作はスパイクが 23 名（63.9%）と最も多く、30 名（83.3%）は練習中に疼痛が最も強くなると回答しました。疼痛の持続期間は、1 か月以内が 13 名、1 か月を超えて 6 か月以内が 12 名、6 か月を超える者が 11 名でした。疼痛をコーチに伝えていた選手は 16 名（44.4%）であったのに対し、医療サポートスタッフに伝えていた選手は 27 名（75.0%）でした。両者の差は 30.6 ポイントで、統計学的に有意でした（95% 信頼区間 18.0～46.9 ポイント、$p = 0.001$）。報告先の内訳では、16 名が両者に伝え、11 名が医療サポートスタッフのみに伝え、9 名はいずれにも伝えていませんでした。コーチのみに伝えていた選手はいませんでした。自由記述の分析では、コーチに伝えない理由として、「痛みがそれほど強くない」「自然に改善すると思った」などの症状の過小評価や回復への期待に加え、「練習を休みたくない」「レギュラーから外れたくない」といった競技参加への懸念が挙げられました。一方、医療サポートスタッフに伝える理由には、セルフケアやテーピングの指導、練習を継続するための支援、個別のトレーニングやリハビリテーション、相談のしやすさ、心理的支援への期待が含まれていました。

社会への影響：本研究は、高校生アスリートが疼痛を抱えながら競技を継続している実態と、疼痛の報告行動が報告相手によって異なる可能性を示しました。選手は、疼痛を伝えることで練習参加や選手起用が制限されると感じる場合、コーチへの報告を控える可能性があります。一方、医療サポートスタッフが、症状への対応だけでなく、セルフケア、テーピング、運動負荷の調整、個別トレーニングおよび心理的支援を提供することで、選手が早期に相談しやすくなる可能性があります。学校スポーツ現場では、選手が練習参加や競技上の立場を過度に心配することなく疼痛を伝えられる環境を整えるとともに、コーチと医療サポートスタッフが適切に情報を共有する体制を構築することが重要です。本研究の成果は、成長期アスリートの疼痛の早期把握、重症化予防、安全な競技継続および適切なコン

ディショニング支援に役立つ基礎資料となります。

専門用語：

非外傷性疼痛： 転倒、衝突、捻挫などの明らかな受傷機転を伴わず、繰り返しの動作や身体への継続的な負荷などによって生じる痛みです。本研究では、明らかな外傷を伴わず、1 週間以上持続し、調査前 24 時間以内のバレーボール練習中にも経験した疼痛を対象としました。

疼痛報告行動： 選手が自身の疼痛について、コーチや医療サポートスタッフなどの周囲の関係者に伝える行動です。

医療サポートスタッフ： チームの練習や試合に関わり、応急処置、テーピング、コンディショニング、セルフケア、トレーニングおよび傷害予防などを支援する医療専門職です。本研究の対象チームでは、理学療法士が担当していました。

質的内容分析： 自由記述やインタビューなどの文章データを、意味の類似性に基づいて整理・分類し、回答に共通する内容や特徴を明らかにする分析方法です。

McNemar 検定： 同じ対象者から得られた 2 つの対応のある割合を比較する統計学的検定です。本研究では、疼痛をコーチに伝えた割合と医療サポートスタッフに伝えた割合を比較するために用いました。