

子どもの運動器検診

鹿山整形外科医院 院長
鹿山 富生 先生

「うちの子は骨が弱いんでしょうか」とケガをして来院された子どもの保護者からよくこんな質問を受けます。昔と違い外で元気に遊んで子どもが少なくなりました。その一方で野球やサッカーをやっている子は試合や練習で休む間もなく、成長期の柔らかい骨に負担を掛けていることがあります。それに対し子どもの時期から適切な運動の習慣をつけ運動不足を解消し、健全な運動器の発育発達をサポートすれば将来のロコモやメタボの予防になります。

そのような背景で昨年度から学校における運動器検診が始まりました。この検診は問診票に保護者と一緒に記入していただきます。①「運動機能のチェック」。これは首から足先までの各関節や筋肉の病気を見つけるという大切な項目ですが、同時に肩から手まで、腰から足までの各関節のチームワークを診るという体力測定に近い面もあります。ですからこの項目ができないからといってすぐに重大な病気だというわけではありませんのでご安心ください。昨年の検診で混乱の多かった検査「しゃがみ込む」の検査方法に「はだしの状態で」「足を肩幅に開いて」が追記されました。②「オーバークース」。これは野球肩、野球肘、腰椎分離症、オスグッド病など使い過ぎによる病気を見つけるため痛みがあるので、すでに通院中の方もいるかもしれません。中でも野球の投手にみられる野球肘は適切な治療、運動指導をしないと肘の変形が生涯にわたって残るため検診の時期だけではなく早期に発見したいものです。③「脊柱側弯症」。これは従来からの検診項目にも含まれていました。思春期の女子に多くみられ、痛みや不自由がないので気付かれにくい項目です。お風呂のときに保護者の方が背中からよく見てあげてください。命に関わる病気ではありませんが成長期に変形が進むこともあり変形の程度に合わせて装具や体操指導が必要になります。

校医さんの検診の後、学校から通知が来たら最寄りの整形外科の先生にかかって適切な治療、アドバイスを受けてください。