

前十字靭帯再建術後男子アスリートの食事摂取の問題点

○高尾 理樹夫 (たかお りきお) (RD)¹⁾, 田中 美成 (MD)²⁾, 北 圭介 (MD)²⁾,
天野 大 (MD)²⁾, 内田 良平 (MD)³⁾, 塩崎 嘉樹 (MD)³⁾, 堀部 秀二 (MD)¹⁾

¹⁾ 大阪府立大学 総合リハビリテーション学研究所

²⁾ 大阪労災病院 スポーツ整形外科

³⁾ 正風病院 スポーツ整形外科

【目的】

我々は、前十字靭帯 (ACL) 再建術後の女子アスリートにおいて、入院中の食事摂取に問題のある症例 (極端な偏食傾向, 深刻なエネルギー不足等) が散見された事を報告しているが、今回は、男子アスリートの問題点について検討したので報告する。

【方法】

ACL 再建術後, 食事調査 (入院中 21 日間) と, 身体組成測定 (術前及び術後 1 ~ 3 週の計 4 回) が実施できた 16 例 (平均年齢: 21.9 ± 3.6 歳) を対象とした。食事調査はデジタルカメラ撮影法, 身体組成測定は 8 点接触型電極法で行った。

【結果】

入院中の推定エネルギー必要量は $2,206 \pm 247$ kcal/day, 平均総エネルギー摂取量は $2,527 \pm 295$ kcal/day, 病院食残食率は $11.0 + 5.5\%$ であり, 全症例の 81.2% (13/16 例) はエネルギーが充足していた。身体組成は, 術前から術後 3 週にかけて, 体重, 骨格筋量は減少, 体脂肪量は増加しており統計学的有意差を認めた (体重: $75.3 \rightarrow 74.1$, $p < 0.001$, 骨格筋量: $44.3 \rightarrow 42.7$ kg, $p = 0.032$, 体脂肪量: $13.9 \rightarrow 14.7$ kg, $P = 0.001$)。

【考察】

女子アスリートを対象とした先行研究と比較して, 男子アスリートは, 残食率が 1/2 以下であり, エネルギー摂取量は充足されていたが, 体脂肪量の増加傾向がやや強く, その点に留意する必要がある。