

# 医療機関やドクターの選び方

中里伸也・Nクリニック院長

医療機関や代替医療施設のの違いの説明から、状況に応じた活用例を紹介いただく。とくに、疾患に応じた医療施設の活用例は、大変有益なものであるだろう。

前回は、他の医療機関との連携システムについて説明しました。今回は、医療機関やドクターの選び方について説明します。

## 重症度を適切に診断する

日本には、さまざまな医療機関や代替医療施設があります。ですから、スポーツ選手が、傷害（急性の外傷あるいは慢性の障害）を発生した場合、医療機関の選択に困るスポーツ選手が多いようです。

医療機関や代替医療施設の選択には、①診断や重症度を知りたい場合、②診断や重症度に応じた治療方針（スポーツ復帰の目安の紹介を含む）を立ててほしい場合、③診断や治療方針に沿って治療を受けたい場合、の3つの目的を明確にする必要があります。これらのうち②や③は、①を受けて進めることとなりますから、①がいかに重要であるかが理解いただけるかと思います。曖昧な診断に基づいた治療は、危険な結末になることがありますので注意が必要です。

しかし、スポーツ傷害の多く（とくに慢性の障害）は、手術や致命傷に至るものが少なく、曖昧な診断であっても自然治癒や曖昧な治療で症状が軽快する場合が多いので、そのことが医療従事者の傲慢さを生むこ

とがあるのです。しかし、まれに手術をしないと大変な事態を引き起こし、後のスポーツ人生に大きな後遺症を残すスポーツ傷害があります。このようなことから、ドクターや診断に関わる医療従事者は、スポーツ傷害の重症度を適切に診断する必要があります。

## 治療方針の決定から治療まで

そして、ドクターは②のように診断に基づいて治療方針やスポーツ復帰の時期を示します。治療をしながらのスポーツ参加や治療をしなかった場合に、その後のスポーツ人生にどのような影響を及ぼすのかをスポーツ選手に示す必要があります。しかし、実際には、スポーツ傷害の重症度や今後の治療方針、スポーツ復帰の目安を適切に示すことができるスポーツドクターは意外に少なく、その可否がよいスポーツドクターの分かれ目になるようです。

最後に、治療方針に基づいた③の治療段階に移行します。手術を受ける場合は、その手術が得意な病院へ移ったり紹介されたりするでしょう。また、手術以外の治療として保存的療法が行われる際も、それが得意な医療機関や代替医療施設へ紹介されることになるでしょう。多くのドクターは、医療機関から代替医療

施設への紹介をよしとはしていませんが、私はそうは思いません。西洋医学での治療よりも東洋医学での鍼灸治療のほうが効果的な場合もありますし、治療効果の切れ味が素晴らしい医療機器を置いている整骨院や治療院もあります。また、骨折や離断性骨軟骨炎の軽症のものには、最近ではLIPUS（骨折用超音波、アクセラスやオステオトロン）といった治療機器が有用であることが証明されています。それらの治療機器を置いている医療機関や代替医療施設で治療を受けるほうが、よっぽど治療期間を短縮できるのです。

## 特徴を理解して活用する

医療機関には、病院やクリニック、診療所といった医療機関と、整骨院や接骨院や治療院といった代替医療施設があります。実際に利用する際には、それぞれの医療機関や代替医療施設の得意、不得意などの特徴を理解して使い分けることが大切です。これは、代替医療施設を批判しているわけではありません。代替医療施設には画像診断がないため、診断能力が医療機関に比べて正確性に欠ける部分があります。ですから、治療方針を導き出すうえでの前提条件の診断の部分で不安要素があるということなのです。

また、病院やクリニックといった医療機関には、リハビリテーション科が存在していても理学療法士が在籍していない場合があります。これは、リハビリ室が存在していて、物

理療法の機器を設置していればリハビリテーション科は標準できるためです。手術後のスポーツ復帰までのリハビリテーションは、スポーツを専門でみている理学療法士や有資格のアスレティックトレーナーが得意とするでしょう。そういったスタッフがいる医療機関は、スポーツ復帰におけるリハビリテーションの重要性を理解していると思われますから、スポーツ選手にとっては安心できることでしょう。

代替医療施設でも、同様のセラピストは存在します。鍼灸師や柔道整復師の資格を保持しながら、NATAや日本体育協会の資格を持つ人も多いですので、スポーツ選手にとって心強いものとなるでしょう。もちろんそれらの資格がなくてもスポーツに理解のある代替医療従事者は多く、一概に資格の有無だけでの良し悪しは言えないところがあります。

### ドクターの選び方

次に、病院やクリニックなどの医療機関の選び方ですが、ドクターの存在が大変重要です。そのドクターの得意な分野などを押さえておくことは、大変有益なものとなります。実際に、膝関節のスポーツ傷害を得意とするドクターもいれば、肩や肘、手関節などを得意とするドクターもいます。膝で有名な先生が必ずしも肩が得意ではないことも実際多いのです。一方、診断から治療方針の決定を得意とするドクターもいれば、手術を得意とするドクターもいますし、手術以外の保存的療法を得意とする医療機関もあります。また、治療方針の決定には画像診断は欠かせません。その画像診断がいち早く確保できる施設かどうかは、早期の診断や早期の治療の可否に関与してきます。画像診断といってもレントゲン

- ①骨折や靭帯損傷の可能性→病院やクリニックを受診してレントゲンやMRIの画像診断を受ける
- ②膝の半月板損傷や靭帯損傷→膝の専門外来やMRIのある病院で画像診断から治療方針を受ける
- ③スポーツによる慢性障害→スポーツ整形外科のあるクリニック
- ④画像上問題ないがスポーツに影響する症状を有するもの→理学療法士のいるクリニックや整骨院や接骨院での保存的療法
- ⑤筋肉系の問題（重症）→まず超音波検査やMRI検査のできる病院で重症度の精査
- ⑥筋肉系の問題（軽傷）やその治療→鍼灸接骨院や治療院
- ⑦スポーツ選手の手術を受ける場合→専門外来のある病院での専門家による手術
- ⑧手術後のリハビリテーション→理学療法士がいる病院やクリニックでメニューに沿ったリハビリを受ける
- ⑨身体のケア（コンディショニング）→マッサージや整体。

### 疾患別の医療機関や代替医療施設の使い分け

ンや超音波検査（エコー）、MRI、CTとさまざまですし、それらが実施できるかだけでなく機器の性能などの問題もあります。診断機器の違いや設定条件、読影するドクターの専門的知識や読影能力の違いが治療方針に影響を与えることが少なくないのです。

そして、何よりも重要なのは、画像がすべてではないということを知ることがわかっていようかどうかです。画像は、診断をするための補助手段にしすぎません。重要なのは、その患者がどういった症状で困っているのか、得られた画像所見は果たして患者が困っている症状や臨床所見と一致するかどうかを確認することが重要なのです。画像の精度が向上し、必要以上の所見が画像から得られると、ついドクターは画像から得られる情報を責任病巣（症状の原因部位）としてしまいがちですが、画像所見と症状が一致するかの判定が極めて重要なのです。異常と思われる画像であっても、症状と直結しないものがたくさんあることを頭の中に入れておかなばなりません。

### 疾患に応じた医療機関の活用

病院やクリニックのドクターは、診断学や手術をするだけでなく、スポーツ復帰までの治療方針を系統立ててスポーツ選手に話すべきだと思います。また、スポーツ現場での事情（スポーツのことや試合スケジュールなど）を理解し、今何をすべきか、将来的に問題を残さないかを選択し、または指導者に話すべきだと思います。そして、代替医療の利点を理解し、アスリートのために協力体制をとるべきだと思います。私が思う疾患別の医療機関や代替医療施設の使い分けを列挙しました。これらは1つの目安にしすぎませんが参考にしてください。

（編集／南川哲人）

#### ■メモ

Nクリニック

〒596-0045

大阪府岸和田市別所町3丁目10-10

TEL：072-432-4976

<http://www.n-clii.com/index.htm>