

健康と身体運動の 関係を、身体の 内側から解明する

専門分野 スポーツ医学

担当科目 健康管理論特論、臨床内科スポーツ医学特講など

前島 悦子 教授

略歴

和歌山県立医科大学大学院 医学研究科修了(医学博士)、
海南市民病院(現 海南医療センター)内科医員、
和歌山県立医科大学講師などを歴任し、大阪体育大学に着任。

近年の研究論文

・Cognitive function in middle-aged and older adults participating in synchronized swimming-exercise. Maeshima E, Okumura Y, Tatsumi J, Tomokane S, Ikeshima A. (J Phys Ther Sci, 2017)

・Influence of detraining on temporal changes in arterial stiffness in endurance athletes: a prospective study. Koshiba H, Maeshima E. (J Phys Ther Sci, 2015)

運動は健康に良いとされていますが、実際に運動によって人体にどのような変化が起こっているのでしょうか。「スポーツ医学」は、こうした運動と人体の関係を科学的に解明するものであり、なかでも私は内科的な疾患への運動効果に焦点を当てた研究を行っています。近年の研究を通して腎臓疾患において厳禁とされていた運動が合併症のリスク軽減などに効果があることが明らかになり、運動が疾病及びその合併症の予防や改善、さらには医療費の負担軽減に寄与するものであると期待されています。現在、医療機関と協力し、慢性腎不全患者における効果的な運動を検証中です。また、中高齢者や疾病者が運動を継続できるように、負担の少ない運動の開発も行っています。

一方で、スポーツ現場に目を向けると、競技者の異変にいち早く気付くことができるのは指導者やトレーナーであり、現役の指導者やトレーナー志望などが「スポーツ医学」を学ぶことには大きな意味があります。「健康管理論特論」では、自身の健康診断結果を用いてデータの見方・解釈の仕方を学ぶほか、いち早く競技者の健康状態の変化に気付けるよう身体に見られる症状も学びます。疾病予防から健康増進、競技力向上までを目的に、幅広い領域からスポーツ医学に寄与し、現場に生かしてほしいと願っています。

キーワード

■健康

健康増進、疾病予防をスポーツ医学の観点から取り組みます。

■身体活動

効果的な身体活動の方法・頻度・種目などを研究。

■体力

身体活動を通し、体力向上を図ります。

■認知機能

超高齢社会を迎え、運動を介し認知症予防を目指します。