

第14回アジアクロスカントリー選手権大会帯同報告

田原圭太郎

多摩総合医療センター 整形外科

1. はじめに

第14回アジアクロスカントリー選手権大会は2018年3月15日に中国の貴陽で行われた。3月11日に羽田空港に集合し、同日日本を出発、3月16日に帰国した。

ジュニア女子選手1名が直前に発熱し、気管支炎の診断で大会参加ができなかった。選手団はスタッフ6名、選手19名（男子10名・女子9名）の総勢25名で結成され、そのうちメディカルサポートとしては医師1名トレーナー1名が帯同した。

2. 派遣前準備

事前に選手へメディカルアンケートを送付し、選手のコンディショニングの状況や怪我の有無、内服薬やサプリメントなどのチェックを行った。

ジュニア選手の中にはエフェドリンが入った鼻炎カプセルの使用や、成分の明確でないサプリメントを内服している選手がいたため、中止するよう事前に連絡した。特にジュニア選手ではアンチ・ドーピングに対する意識がまだまだ低く、引き続き啓蒙を行っていく必要性を感じた。サプリメントは多くの選手が使用しており、練習や試合時のペットボトルの管理も含めドーピングに関する注意事項を作成しトレーナールームに貼って選手全員に読むように伝えた。

冬の駅伝や合宿などで痛みがでていた選手が数名いたが、集合時に確認し特に大きな問題はなかった。

3. 渡航および現地の状況

日本との時差は1時間であった。飛行時間は6(4+2)時間程度であった。

中国貴陽は緯度が北緯約26度であるが、標高1100mであるため気温は朝が9℃、日中は15℃と

朝は少し寒く、日中もそこまで暑くはなかった。

ホテルの環境は各部屋にトイレ・シャワー・冷蔵庫もあり、特に問題はなかった。食事はビュッフェスタイルで、麺類やお米、パン、肉、野菜と種類も豊富であり、中国なので油分が多い以外は特に問題なかった(写真①)。中国に慣れているシニアの選手はクッキングペーパーを持参して、料理の油分を取り除いて食べていた。

現地での練習はホテル周辺で行い、試合前日はコースの試走を行った。ホテルから試合会場まではシャトルバスが出ており、移動時間は約40分ほどであった。

4. 医療活動

ジョギング中に転倒し右膝に挫創を負った選手がいたが、試合のコース上には動物の糞があり、土壌による汚染を防ぐため試合当日はキズパワーパッドで保護をして試合に出場した。

食事には油分が多かったためか胃痛を訴えた選手がいたが症状は軽く、ムコスタ・タケプロンを処方し特に問題はなかった。ホテルの食事環境は特に問題なかったため、競技に影響が出るような下痢症状などが出た選手はいなかった。

シンスプリントをかかえた選手が多く、トレーナーからケアを受けて症状が改善した状態で試合に出場することができた。

試合終了後に発熱したジュニア男子選手がいたが、解熱剤(カロナール)を内服し何とか帰国できた。帰国後病院で検査を受け、インフルエンザの診断であった。選手へ詳細を確認したところ、出国後に学校の友人がインフルエンザになっていたということであった。同室の選手含め、選手団でインフルエンザを発症したものはなかった。

5. ドーピングコントロール

各カテゴリー上位者が対象となっていたため、日本選手は計8人が尿検査を行った。検査は特に問題なく行われていた。ドーピング検査終了後はホテルまでのバスが用意されていた。

6. 成績

全カテゴリー（シニア・ジュニア，男・女）で団体優勝した。特にジュニア女子は4名出場し1位から4位まで上位を独占した。

7. まとめ

帯同期間中に特に大きな問題はなく、大会も無事終了することができ、好成績をおさめることができた。

ジュニア選手はアンチ・ドーピングに対する意識がまだまだ低く、引き続き啓蒙を行っていく必要性を感じた。サプリメントは多くの選手が使用しており、練習や試合時のペットボトルの管理も含め、自分が摂取するものに関しては選手個人の自己責任となることへの意識を高く持つように指導していく必要があると考える。



①食事



②集合写真