

整骨院の開業から始まる、私の健康スポーツナース人生

辻田 千寿子 (ことぶき整骨院)

息子が中学生から高校生の時期に、私はスポーツ整形の病棟に勤務していました。当時、空手をしていた息子は、学年が上がるほどに、ひどいケガが多くなっていました。スポーツ整形に勤務しているにも関わらず、何もできない自分がいて、看護師なのにこれでいいのかと疑問を感じていました。その時、息子のケガの治療に最も関わっていたのが、学校のクラブで契約していたトレーナーでした。退院後のリハビリから試合中のフォローまで、全てにおいて関わっている状況を知るうちに、看護師である自分も、息子が病院を受診する前にできる事がたくさんあったのではないかと、術後のリハビリを含め、スポーツができるようになるまでの間にもっと関われるのではないかと考えるようになり、入院中の患者だけでなく、競技生活のあらゆる場面に関わることができるようになりたいと思いました。

当時は健康スポーツナースという認定資格を知らなかったので、開業権のある柔道整復師を目指しました。柔道整復師の専門学校へ通う事で、これまで知り得なかった知識や技術を身につける事ができました。例えば、患部の固定法において、柔道整復師での基礎は、全く伸縮しない包帯で全身の各部位が固定できる技術を学びます。これがのちにテーピングの技術にもつながります。その他、骨折の有無を診る評価方法など様々です。超音波エコーの操作や画像を読み取る授業などもありました。各種損傷の評価や、関節や骨を適切な位置に整復・固定することに関する知識・技術を修得することで、かつて自分ができなかった外傷予防や受傷後のリハビリ、さらには運動指導など、病棟の一看護師では活動しきれなかった事を、自信をもってできるようになりました。

整骨院で施術をしていく中で、柔道整復師として筋肉や骨の知識を利用して施術するだけでなく、施術後の状態を維持していくために筋肉を正しい方向へと動かしていく方法をしっかりと患者さんに指導していけることが必要だと考えました。競技スポーツの救護だけではなく、身近にいる患者の筋力維持ができる運動療法を指導できる必要があると考え、健康スポーツナースの認定資格の取得へと至りました。

柔道整復師の国家資格取得後、実務経験を積みこの春開業するに至りました。柔道整復師では足りない部分をこれまで築いてきた看護師の知識・技術で補うことで、病院の枠にとらわれず、活動していける状況ができたと考えます。名称こそ整骨院ではありますが、従来整骨院が果たしてきた役割以上に、地域のアマチュアスポーツの選手への指導や講習会の開催を考えています。具体的には、自分の体のケアの必要性としてストレッチの指導(アップの方法やダウンの方法)や、ケガをした際の応急処置(保護者も含む)、大会直前における食事や睡眠の取り方、熱中症対策などです。また、保護者向けに子どもの成長段階に応じたスポーツの関わり方など伝えていきたいと考えています。高齢者においては健康相談や特に歩く動作に必要な筋肉を維持するための運動指導などを整骨院での施術のみならず、地域の老人会などに働きかけ講習会などを開催し伝えていきたいと考えています。そして更なる活動の場を模索していきたいと考えます。

