

内科医と自転車競技

富良野医師会
北海道社会事業協会富良野病院

前田慶太郎

ツール・ド・フランスを頂点とする自転車ロードレース、日本ではあまり知られていないこのスポーツと医師との関係について書いていきたい。

西ヨーロッパではサッカーに次ぐ人気を誇るこのスポーツも、日本では名前は聞いたことあるけれど、どんなスポーツか知らないという人が多い。多くの人は自転車で言うマラソンのようなものだと考えているのではないだろうか。どんなスポーツかという点、チーム（ツール・ド・フランスでは1チーム8人）が一丸となり、チームの中の一人の選手を勝たせるために、残りの選手が自分の能力に応じてさまざまなサポートを行う。自分のチームだけではなく、ライバルチームの選手とも利害が一致すれば協力して作戦を組み立てていく非常に複雑なスポーツだ。異なる性質を持つチーム員が一丸となって一人の選手を勝たせる、そしてライバルチームとも協力するという点においては、日本の将棋に似ているかもしれない。異なる性質の駒を的確に使い王を守り、また敵の駒も使える、そんな将棋の性質が私には自転車ロードレースにとっても似ているように思える。なぜこのようなことが起きるのか。平地でも時速80kmを超えることもある自転車は常に大きな空気抵抗を受けることになり、その空気抵抗のマネジメントが重要になってくる。先頭に出て空気抵抗をまともに受ければ大きく体力を消耗するが、そうならないようにチームメート、そして他のチームの選手と空気抵抗をうまく分散し、ときには果敢に空気抵抗を受けながら作戦を組み立てていく。将棋にいろいろな性質の駒があるように、自転車選手にも平地に強い選手、上りに強い選手、一瞬の瞬発力が強い選手などさまざまな選手がおり、こうした異なる性質を持つ選手達をうまく使って、チームのエースと言われる一人の選手を勝たせるために働く。エース自体もコースの性質やレースの性質で異なる選手が選ばれ、またレース展開によっては途中でエースが交代することもある。非常に複雑な作戦のやり取りが勝敗を分けるのでこのスポーツは面白い。

私はこの自転車ロードレースというスポーツと25年以上関わってきた。将来医師を目指すとは想像もしていなかった18歳のとき、私は日本の実業団チームと契約し、ヨーロッパで選手として活動していた。選手を辞めたあとも当時の経験を活かし、日本で行われる自転車の国際レースでフランス語やイタリア語の通訳として働いてきた。かなり遠回りをして医

師になったので医学部に入った時点で30歳だった。医学生の際は国際レースの医療スタッフの通訳として、医師になってからは医療スタッフとして働かせてもらっている。

私がヨーロッパで修業をしていたときの指導者であり、現在ヨーロッパでプロチームの監督をしている私の恩師（日本人）が1990年代後半に「日本ではこっち（ヨーロッパ）では当たり前前の科学的なマネジメントがほとんど普及していない。スポーツ医も日本ではほとんどが整形外科医で内科的な管理をお願いできる人が少ないので、チームの管理は結局こっちのドクターにお願いしている」と嘆いておられたのが印象に残っている。通常欧米ではスポーツ選手の医療サポートとして、ベースとなる内科的な管理を行う内科医以外に、整形外科医、精神科医、歯科医、理学療法士等がチームを組むことが多い。とくに自転車競技ではその性質上、内科医や精神科医の役割が大きい。大きな持久力と心肺機能が必要な自転車競技では、循環器や呼吸器の管理も重要であり、また標高2,000mを越えるアルプスやピレネーの峠を越えるために体の軽量化が必要で、食事やトレーニングメニューの管理も重要だ。ドーピング規約に触れない範囲でパフォーマンスを向上させる薬剤を投与することもある。また過酷な選手生活において抱えるストレスも大きく、精神的な管理もときに重要になる。しかし日本ではスポーツ医といえば圧倒的に整形外科医が多く、他科の医師は少ない。

恩師のこの言葉が印象に残り、私は内科に進んだ。自転車競技は日本でも比較的早く科学的なマネジメントを導入した競技だが、現在では他の競技でも科学的なマネジメントが浸透してきており、トップアスリートにとっては既に当たり前のものになっている。こうした中、スポーツに興味のある医師が内科や精神科に進むケースも増えてきている。それでも自分の周りを見てみると、スポーツが好きで整形外科に進みました、という人が今でも多い。整形外科はスポーツにとって非常に重要な科であり、故障や怪我の多い競技においては中心的な役割を果たすことは確かだが、必要とされるのは整形外科だけではない。自転車競技など競技によっては他の科が重要になることもある。スポーツに興味があり今後の進路を迷っている若い先生方には内科や精神科等、整形外科以外の選択肢も考えてもらえればと思っている。