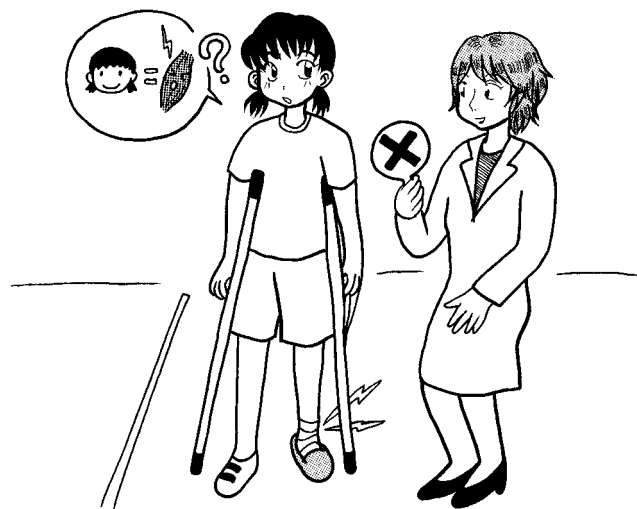


女性の性周期が筋機能、腱組織の力学的および代謝的特性に及ぼす影響

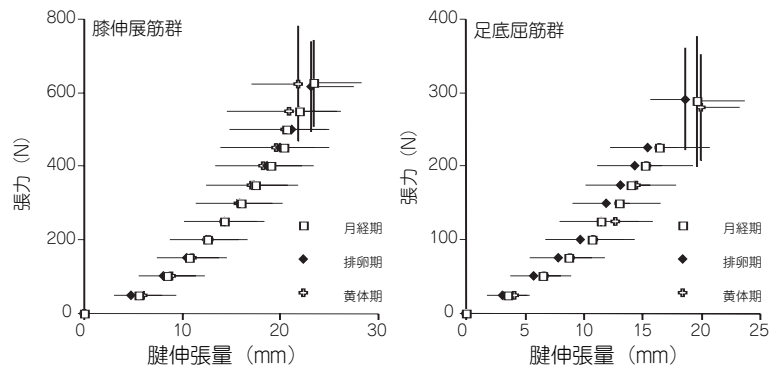
研究代表者 東京大学 久保啓太郎

男性に比べて女性に腱や靭帯のスポーツ障害が多いことが報告されていますが、その原因として女性ホルモンが関係している可能性が示されています。そこでこの研究は性周期によって脚伸展筋群と足底屈筋群の筋と腱の特性が変わるかどうかを明らかにする目的で行われました。

女性8名を被験者として女性ホルモンの分泌が異なる月経期、排卵期、黄体期にそれぞれ腱と筋の力学的特性と代謝的特性の変動があるかないかを注意深く調べています。しかしどの周期でも変動が認められませんでした。この結果から女性ホルモンの変化がこれらの特性に影響を与えていないことがわかりました。以上のことからこの研究者たちは女性の腱や靭帯のスポーツ障害は筋の力学的特性や代謝特性以外に起因するとしています。少なくとも筋力発揮には性周期の影響がないことが明確になりましたので、性周期と運動のできればえを考える上でも有用な知見でもあります。



女性の性周期は、筋機能の力学的特性や代謝特性には影響がなく、スポーツ障害はこれら以外に起因するようだ



各性周期（月経期、排卵期、黄体期）における膝伸展筋群および足底屈筋群の張力—腱伸張量関係