

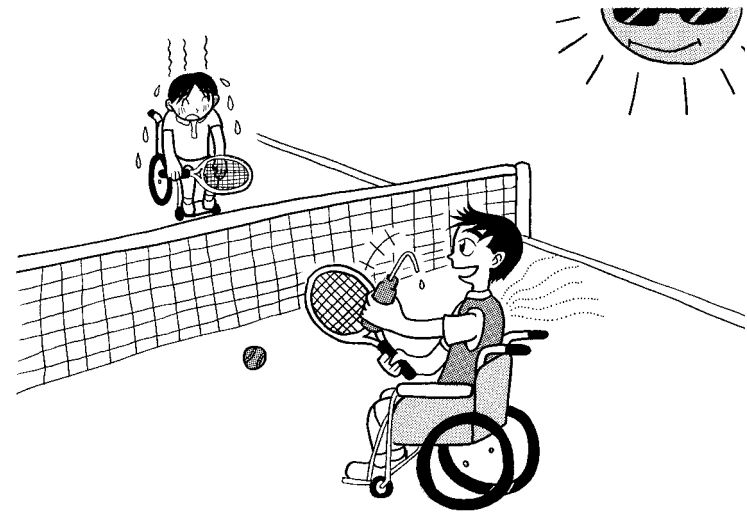
脊髄損傷者にとっての効果的な 運動時身体冷却法に関する研究

研究代表者 広島大学 山崎 昌廣

脊髄損傷者が暑熱環境下で運動したときの体温調節反応が、水分摂取と冷却ジャケット着用により変化するかどうかを調べました。被験者は脊髄損傷者男子6名で気温約33℃(相対湿度約80%)の部屋で20ワットの負荷で腕回転運動を30分行いました。

実験は飲水なし、飲水および飲水と冷却ジャケット着用の3条件で行いました。運動中、鼓膜温、皮膚温および心拍数を経時的に記録しました。本研究により体温上昇が抑えられることがわかりました。さらに発汗量も抑えられているのにも関わらず、鼓膜温の上昇が見られませんでした。

脊髄損傷者が、暑いなかで運動するときには、水分摂取と冷却ジャケット着用は高体温にならないようにする効果が充分であると結論づけられます。



水分摂取と冷却ジャケット着用は、脊髄損傷者の高体温防止の効果がある

