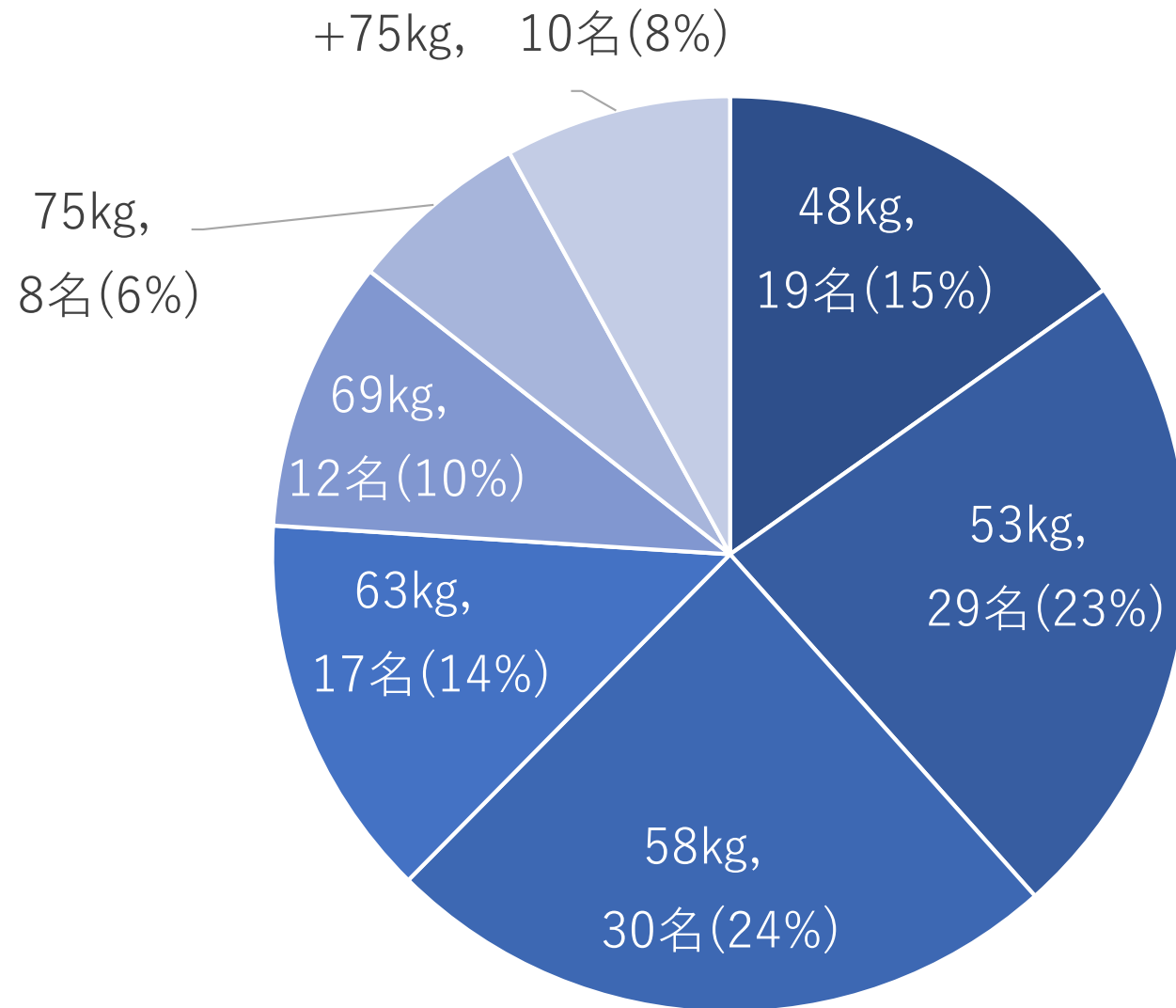


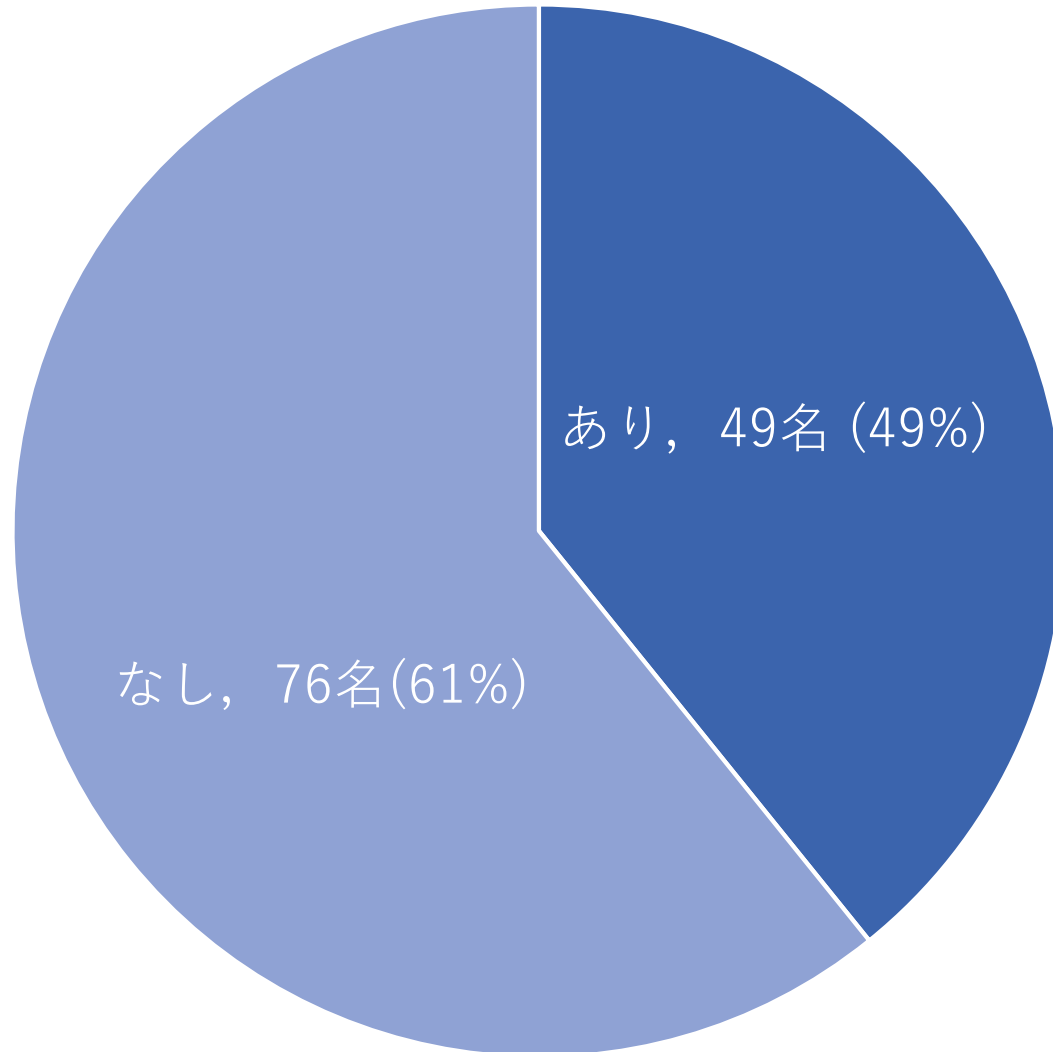
ウエイトリフティング選手 に対する月経調査結果

対象：2018年7月全国高校女子ウエイトリフティング選手権
125名女子選手

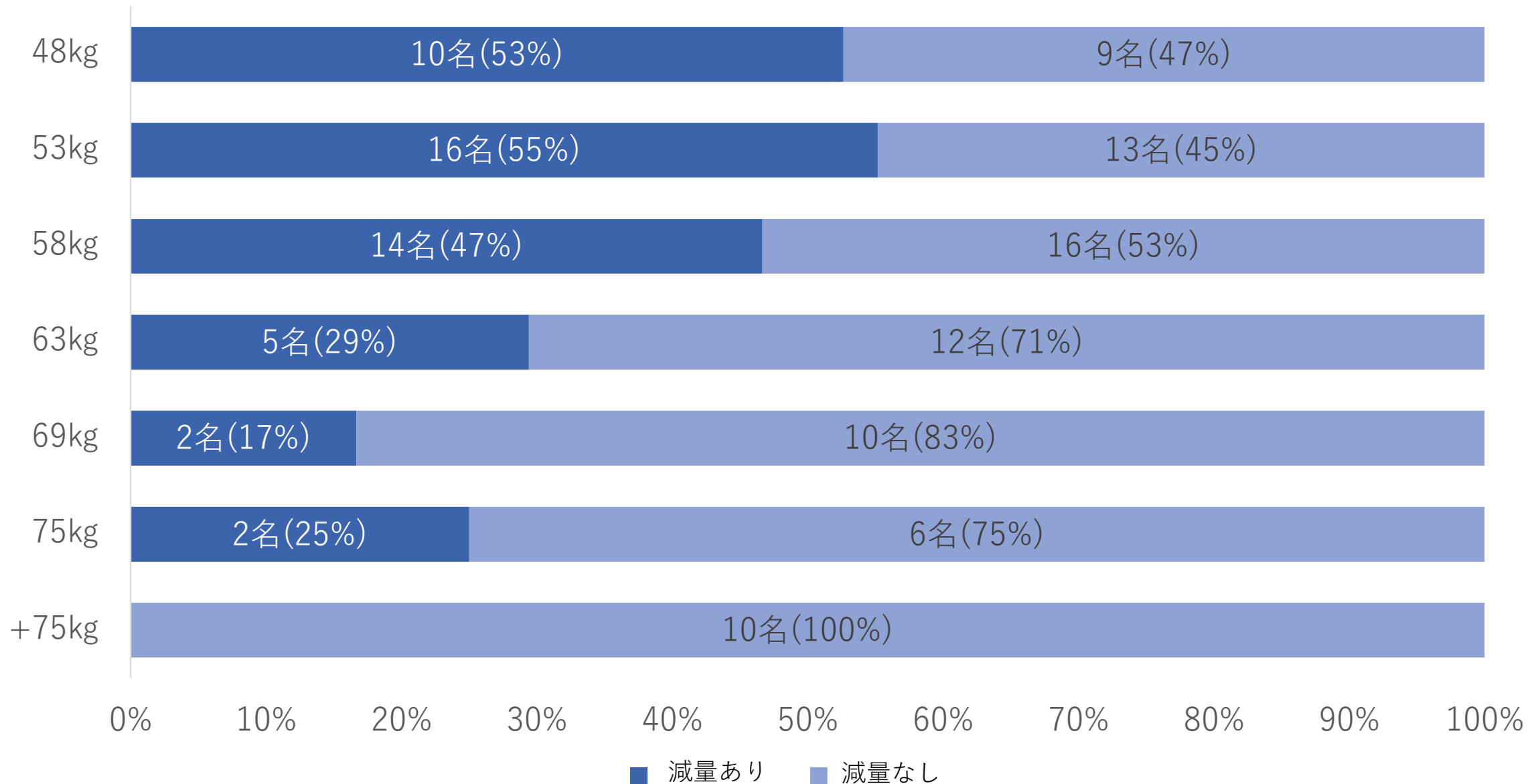
Q1 あなたの階級は？



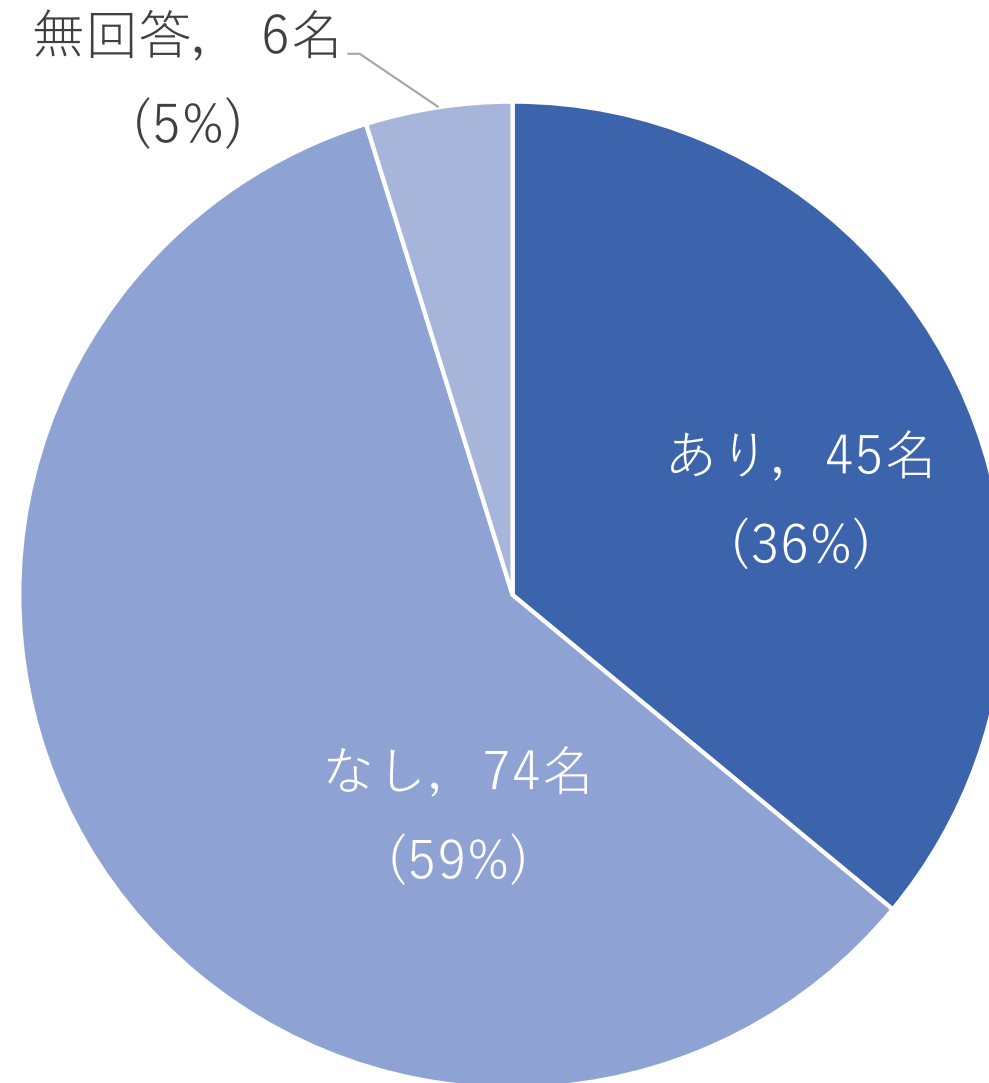
Q2 減量の必要はありますか？(全体)



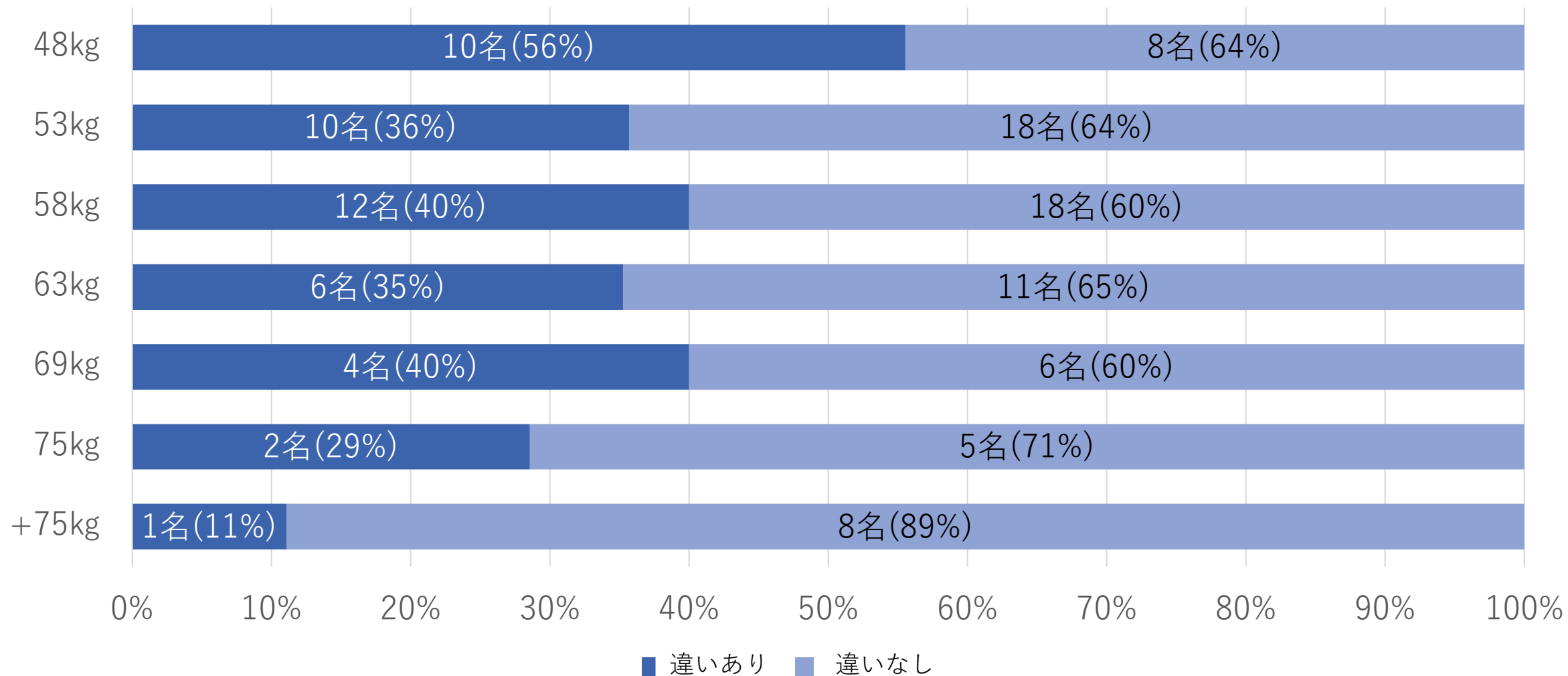
Q3 減量の必要はありますか？(階級別)



Q4 月経による減量のしやすさの違いはありますか？（全体）

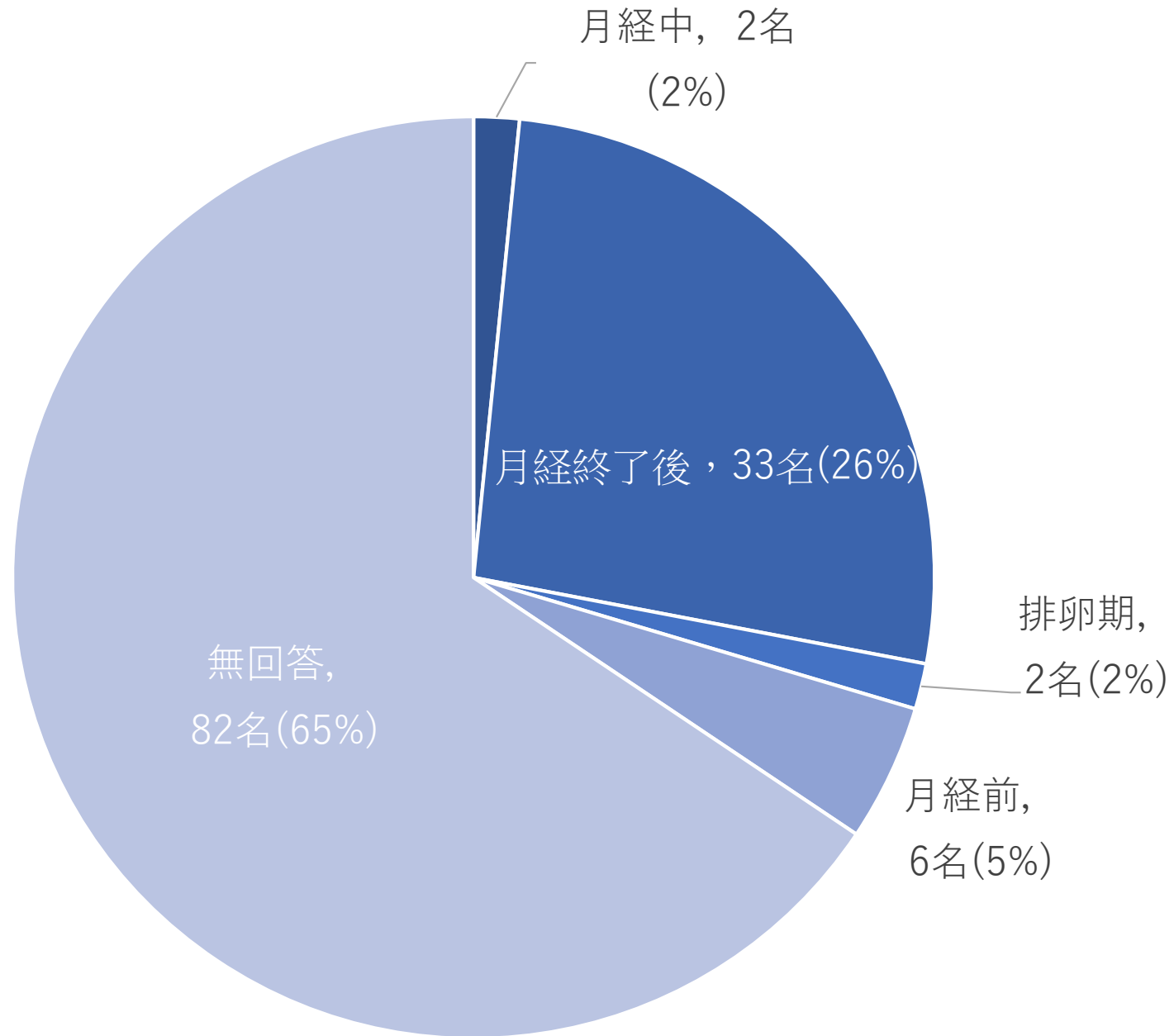


Q5 月経による減量のしやすさの違いはありますか？(階級別)

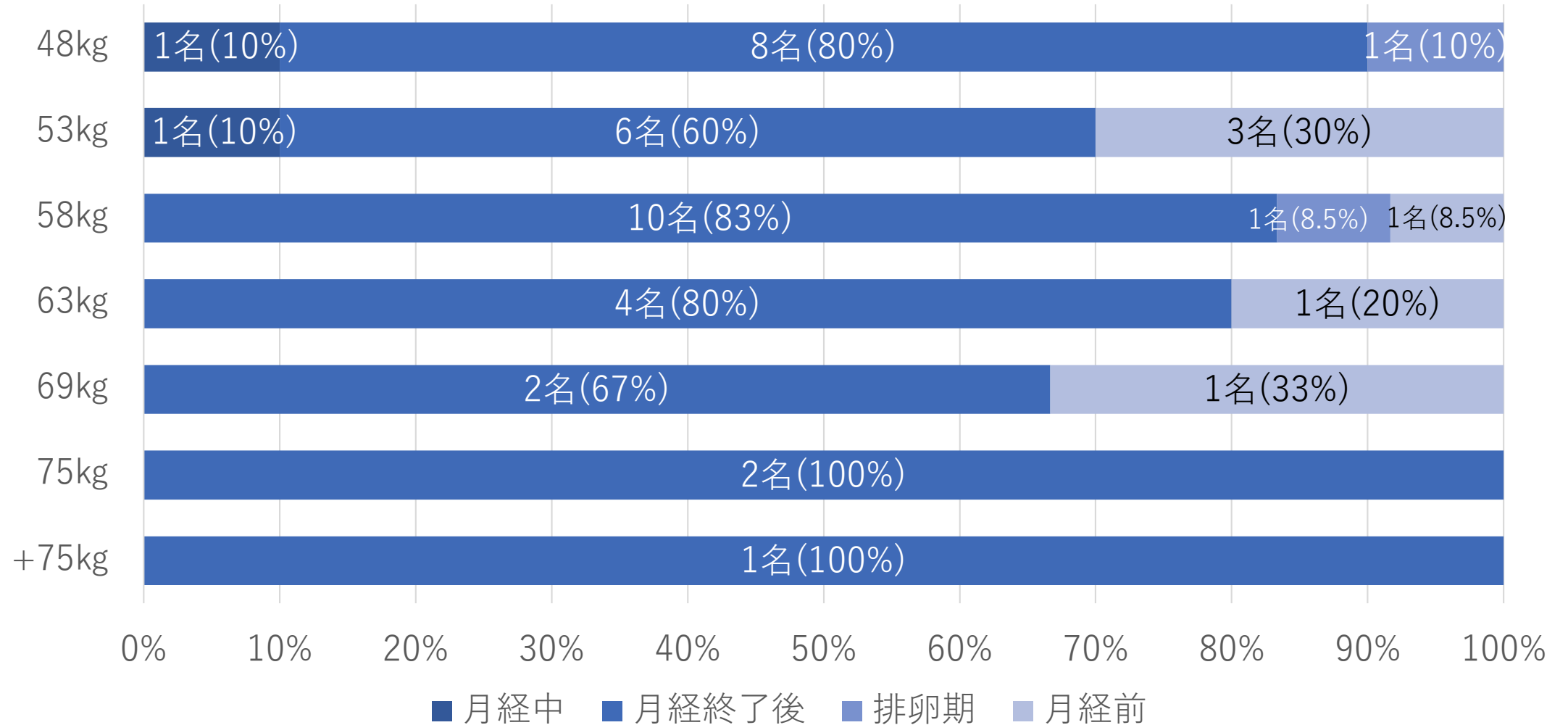


※回答者のみ

Q6 減量しやすい時期はいつですか？(全体)

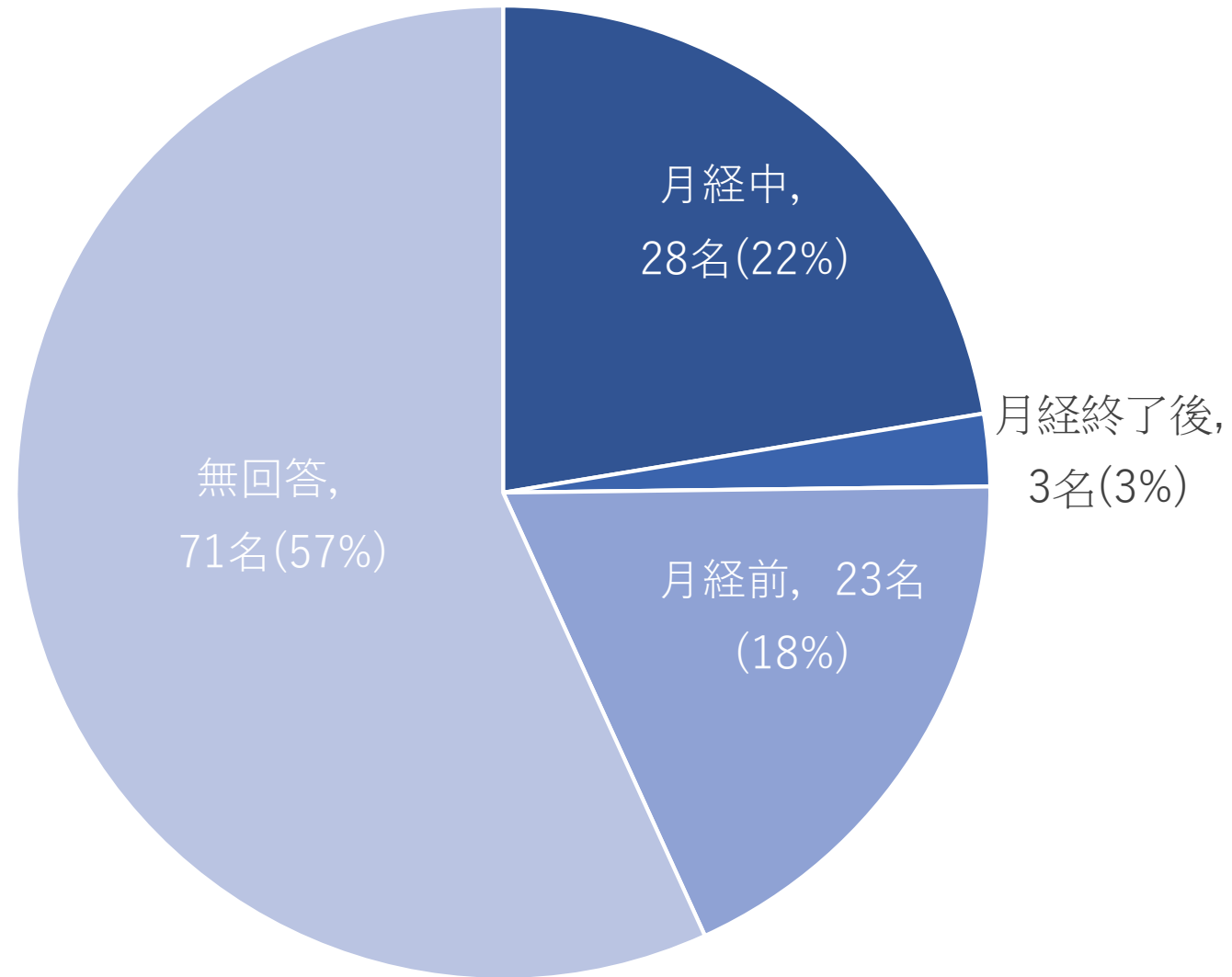


Q7 減量しやすい時期はいつですか？(階級別)

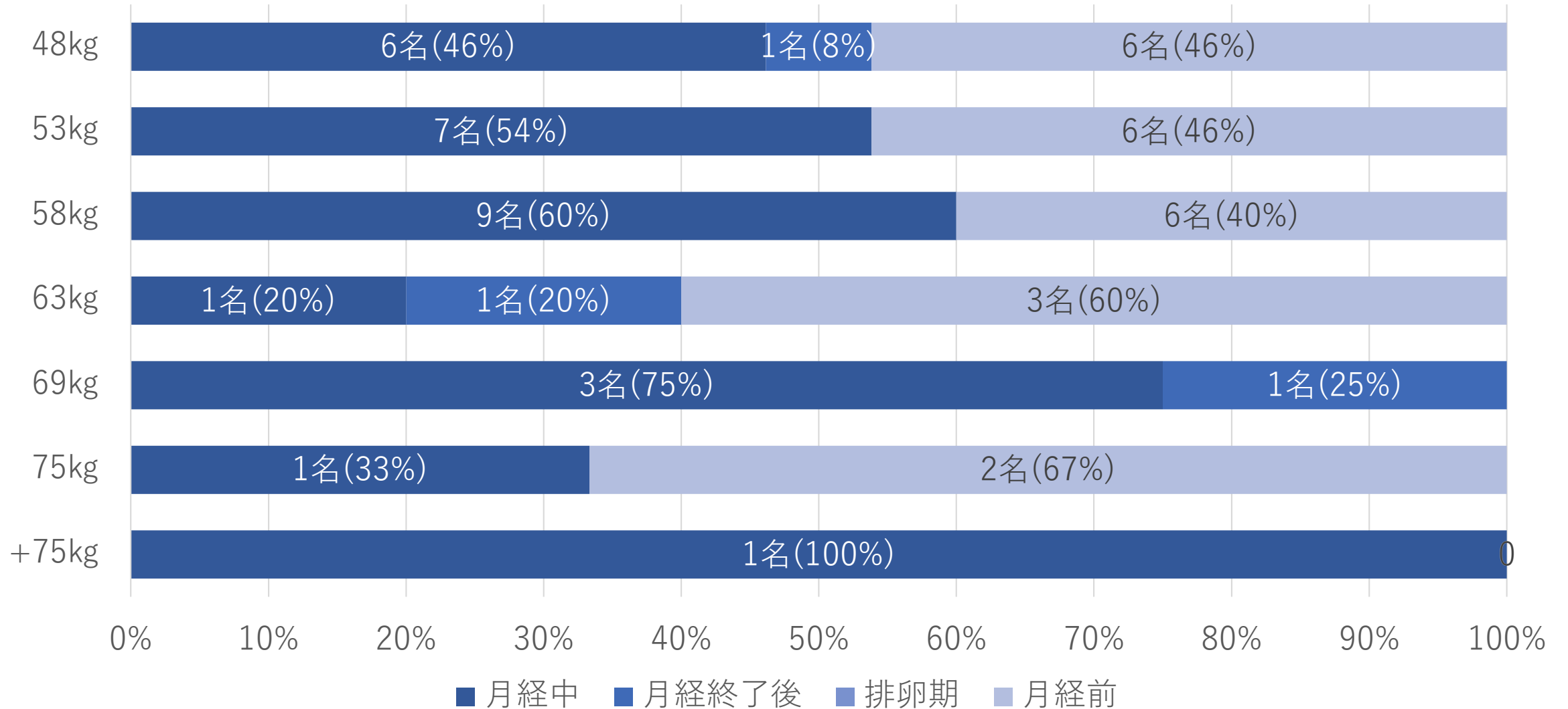


※回答者のみ

Q8 減量しにくい時期はいつですか？（全体）

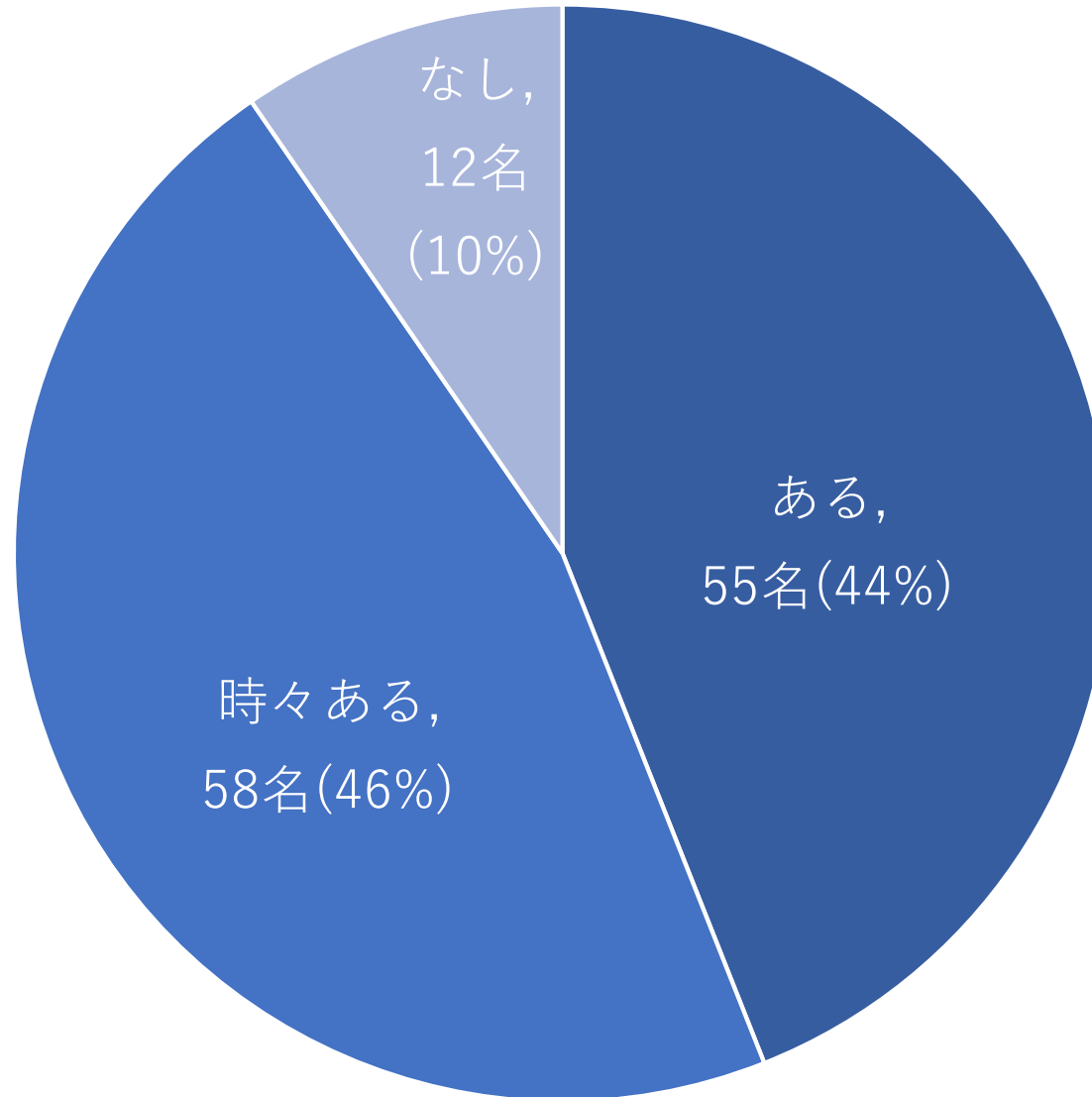


Q9 減量しにくい時期はいつですか？(階級別)

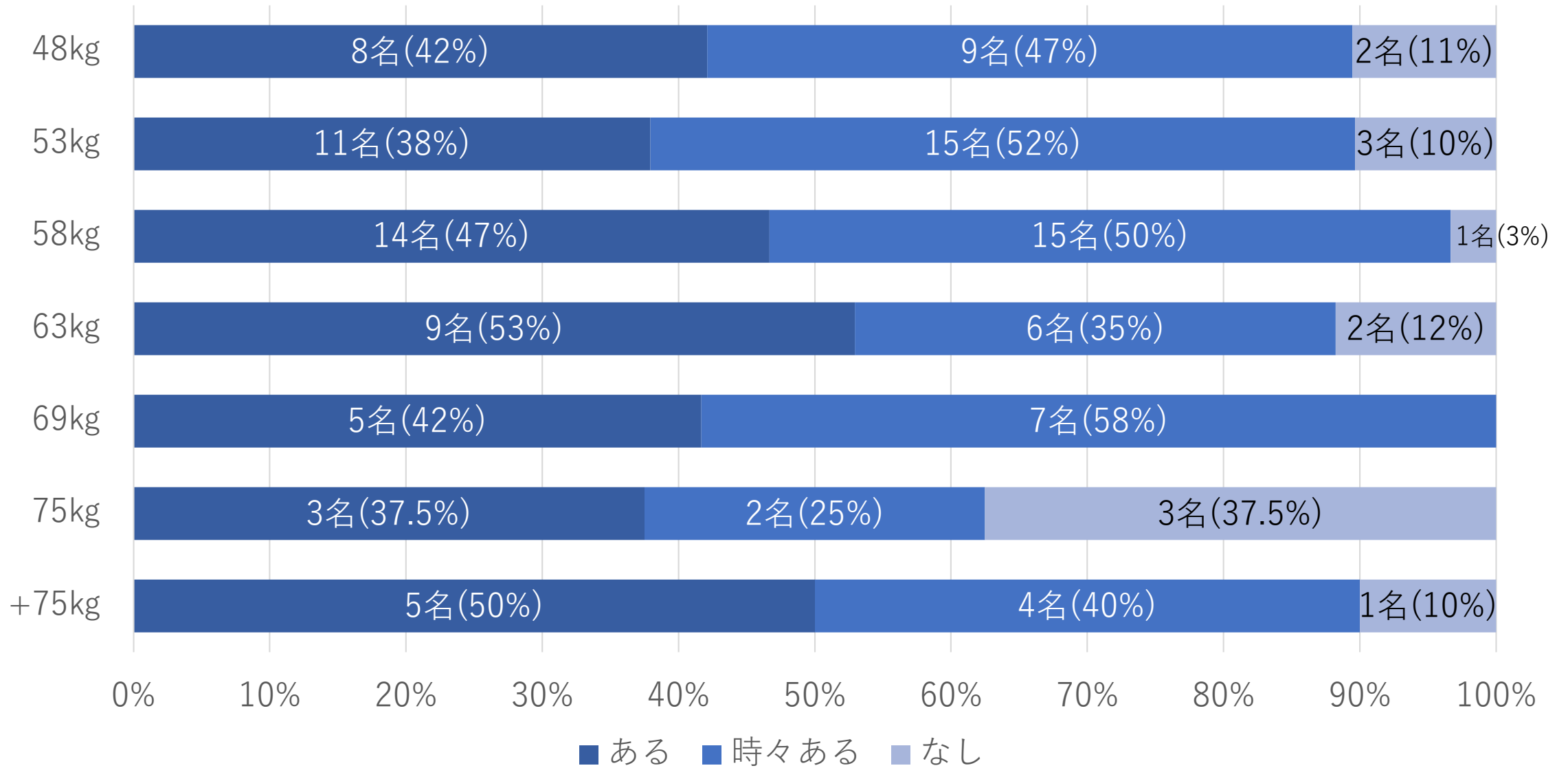


※回答者のみ

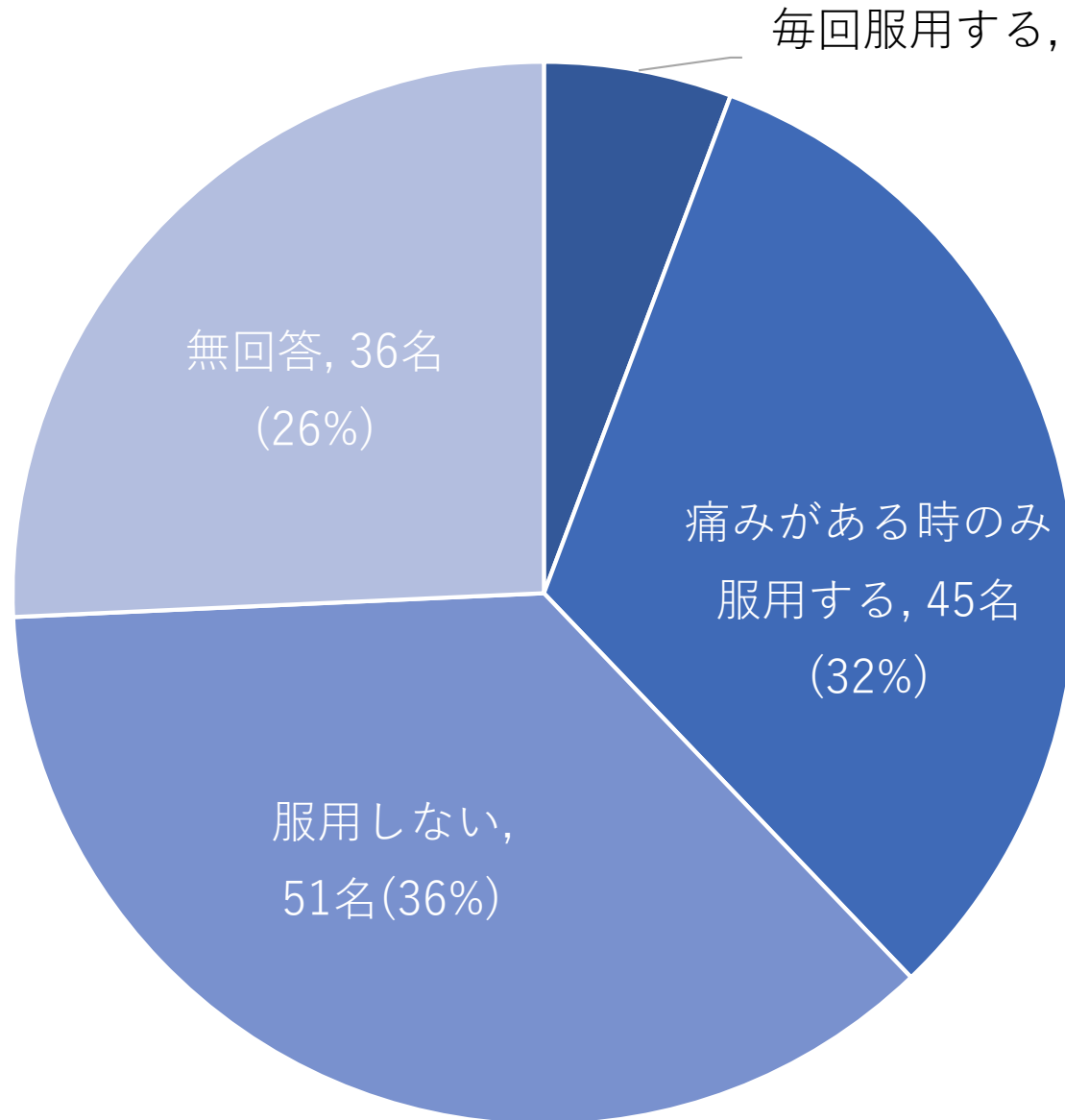
Q10 月経痛はありますか？（全体）



Q11 月経痛はありますか？(階級別)



Q12 月経時に鎮痛剤服用しますか？（全体）

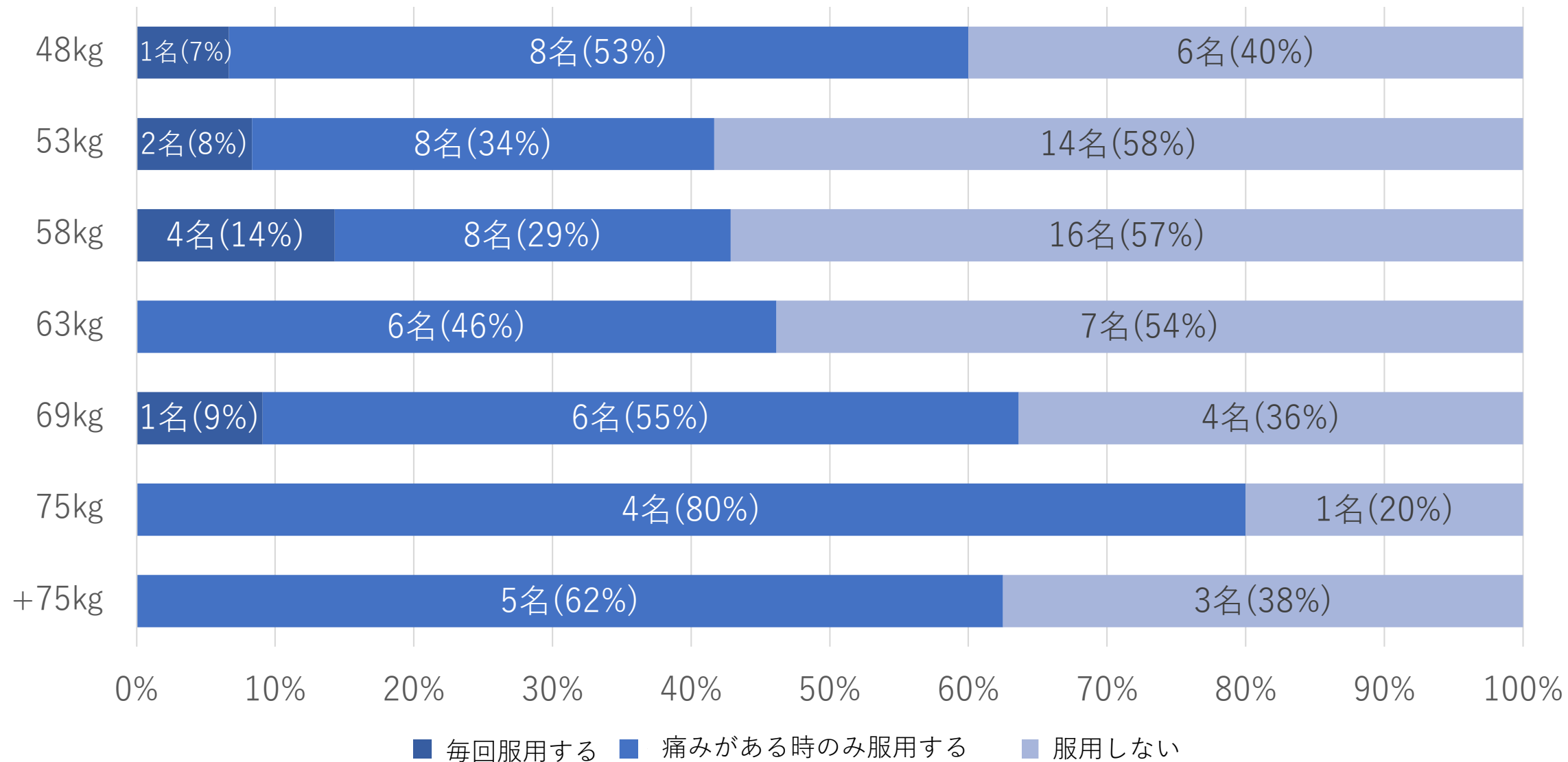


トップ選手630名を対象とした調査では、25.6%の選手が月経痛に対し鎮痛剤を服用していることが報告されています*。今回、月経痛に対し鎮痛剤を服用している選手は37.8%であり、トップ選手と比較するとその割合は高い結果となりました。

*能瀬他, 日本臨床スポーツ医学会誌, 2014

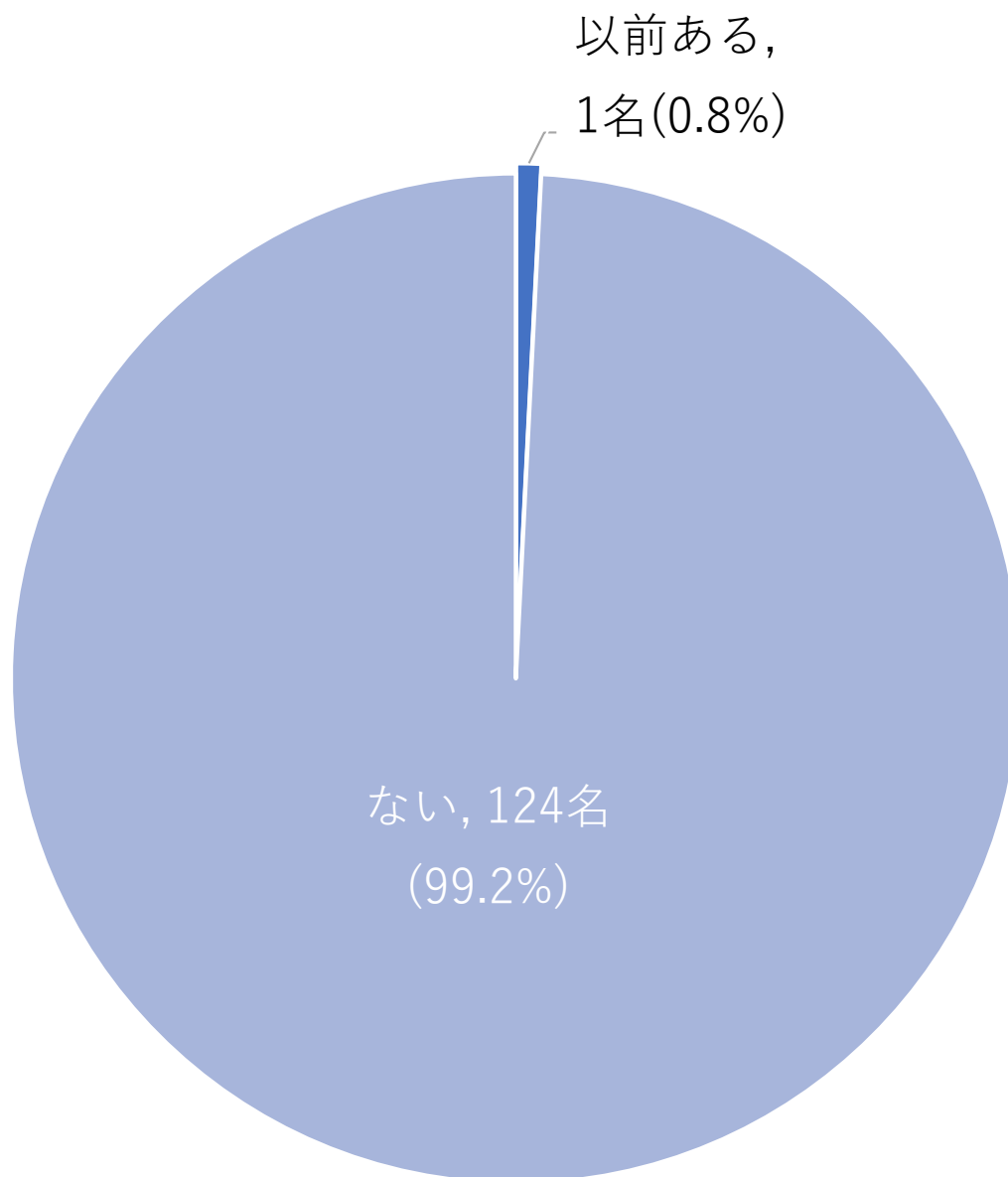
※月経痛が、ある、時々あると回答した者のみが回答

Q13 月経時に鎮痛剤を服用しますか？(階級別)



※鎮痛剤服用者104名のみ回答

Q14 低用量ピルを服用したことがありますか？

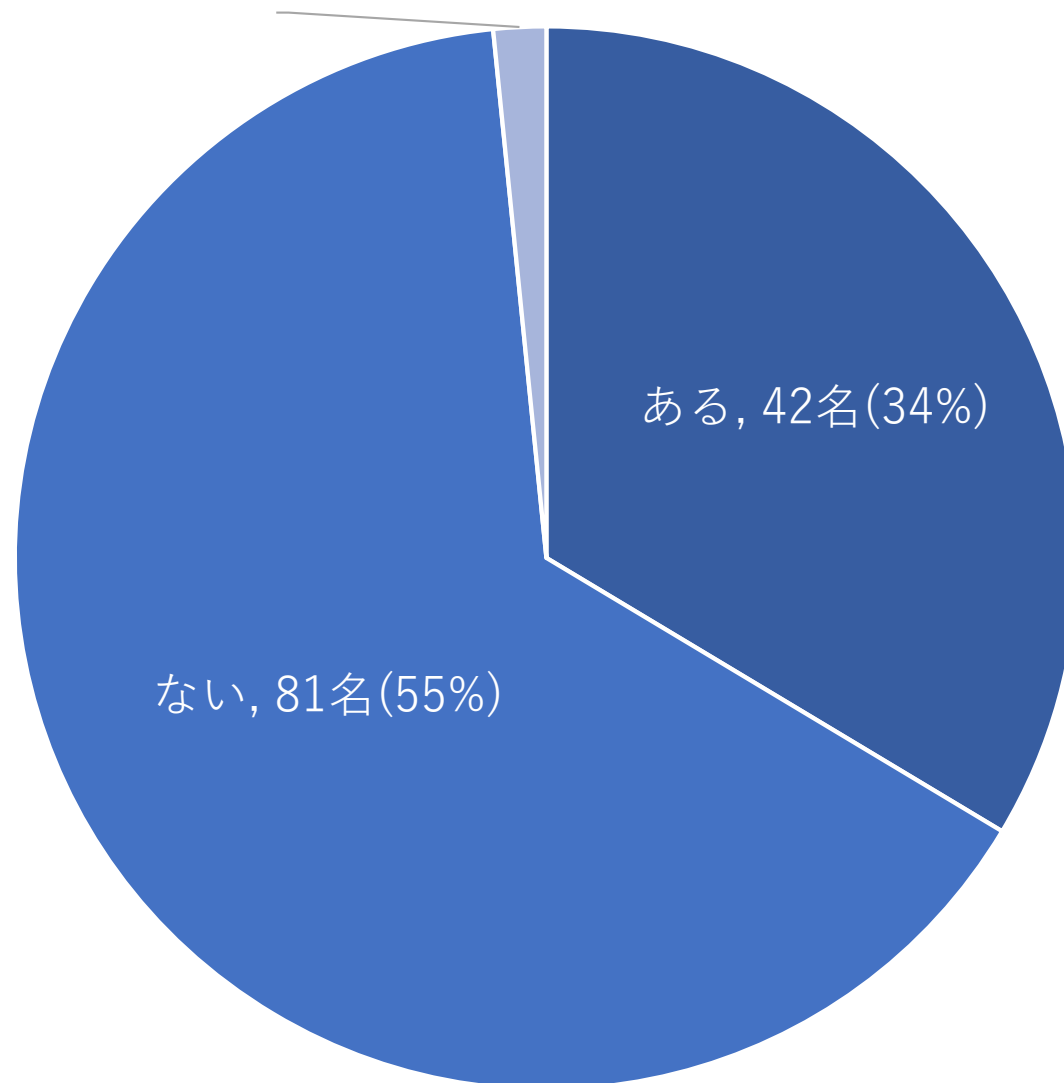


ロンドン2012オリンピック出場選手における低用量ピル使用率は7.0%、リオ2016オリンピック出場選手では27.4%と報告されています*。今回の調査では、オリンピック出場選手と比較し低用量ピルの使用率は低い結果となりました。

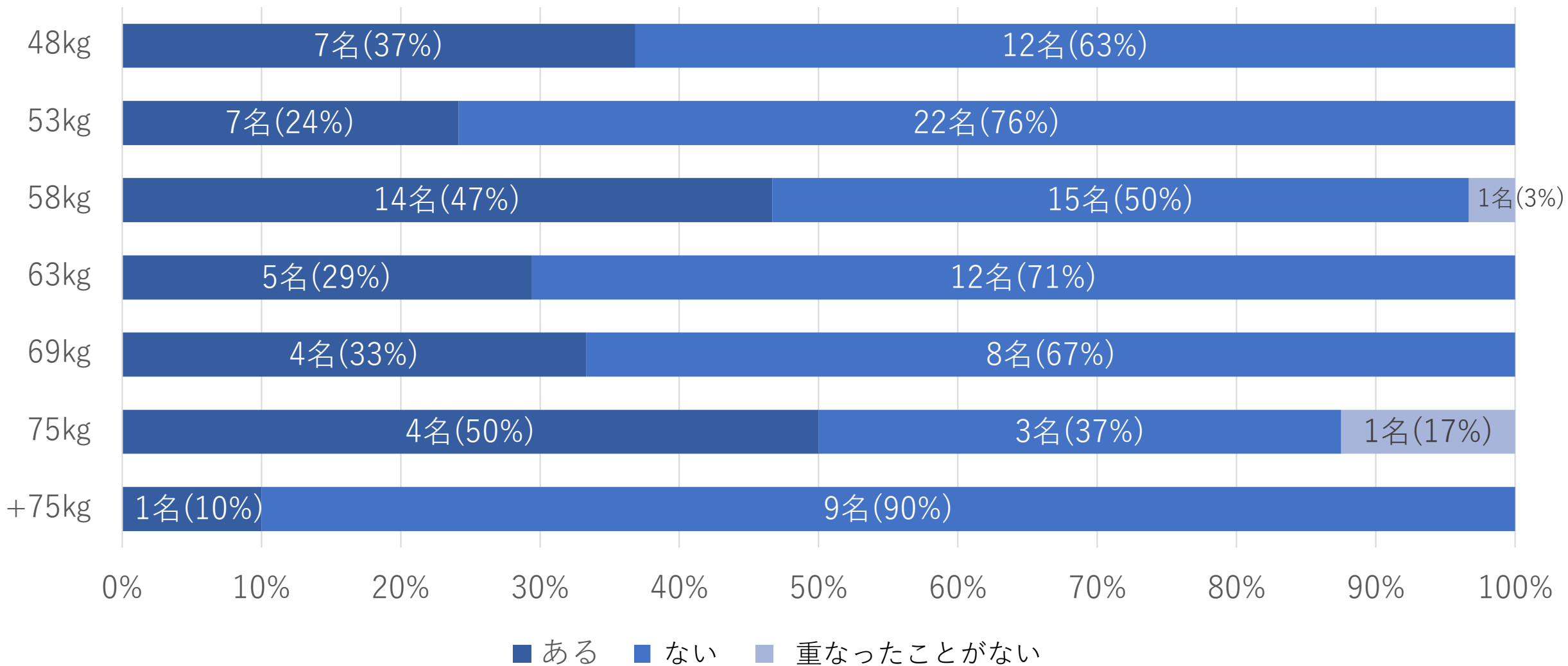
*能瀬他、Health Management for Female Athletes ver.3

Q15 月経中にパフォーマンスが落ちた経験がありますか？

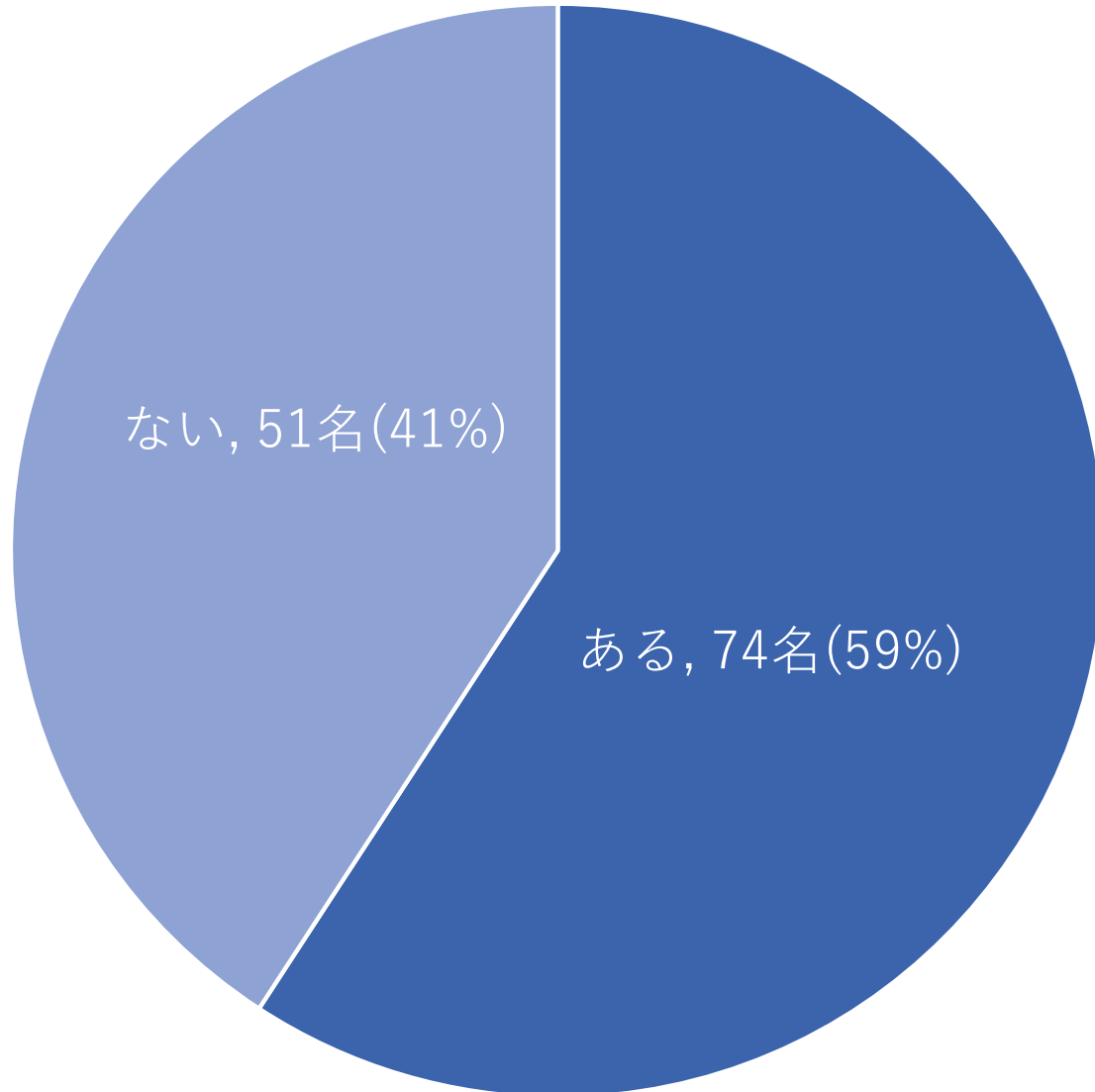
重なったことがない, 2名(1%)



Q16 月経中にパフォーマンスが落ちた経験がありますか？(階級別)



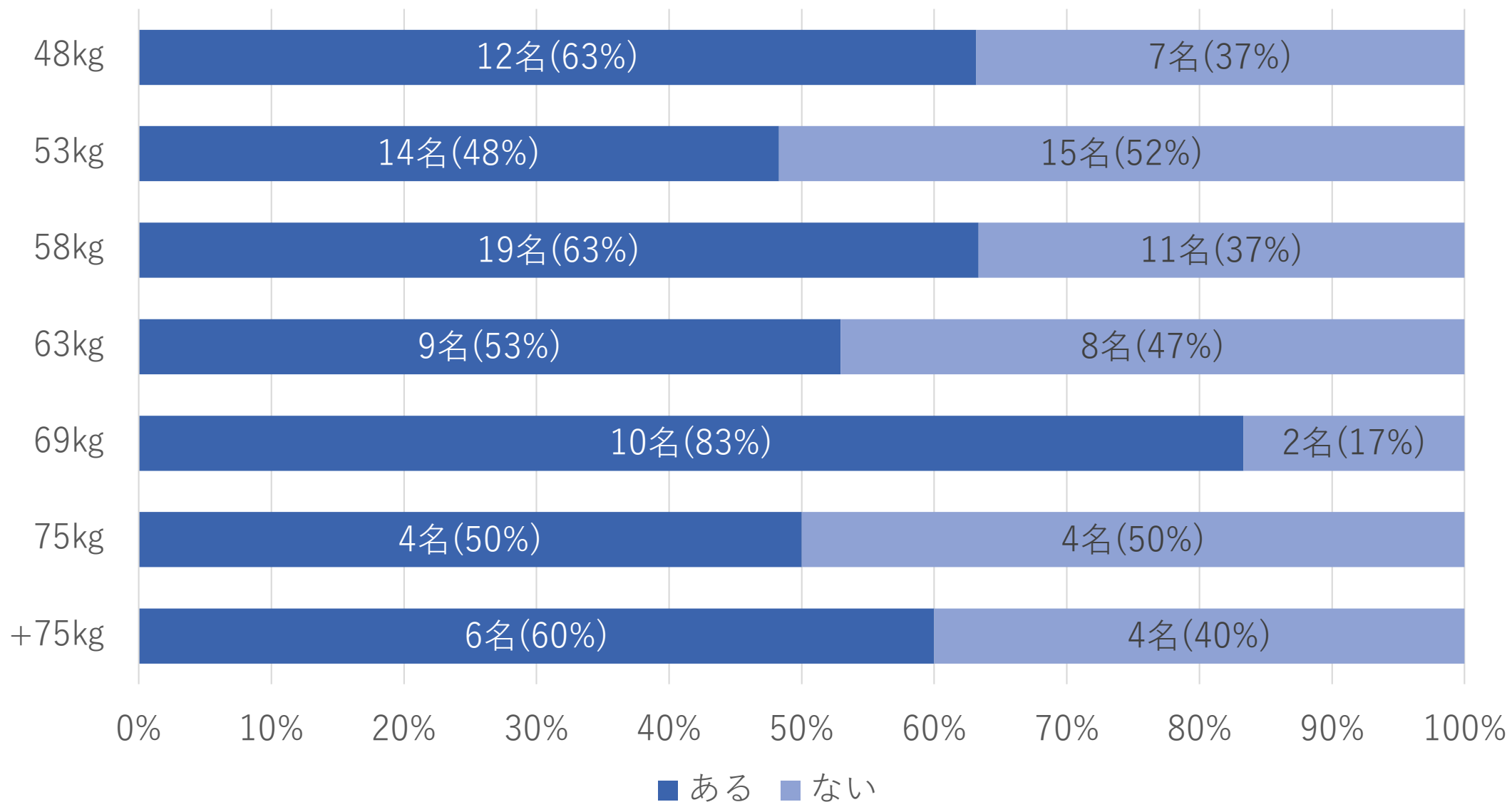
Q17 月経周期による身体の変化はありますか？



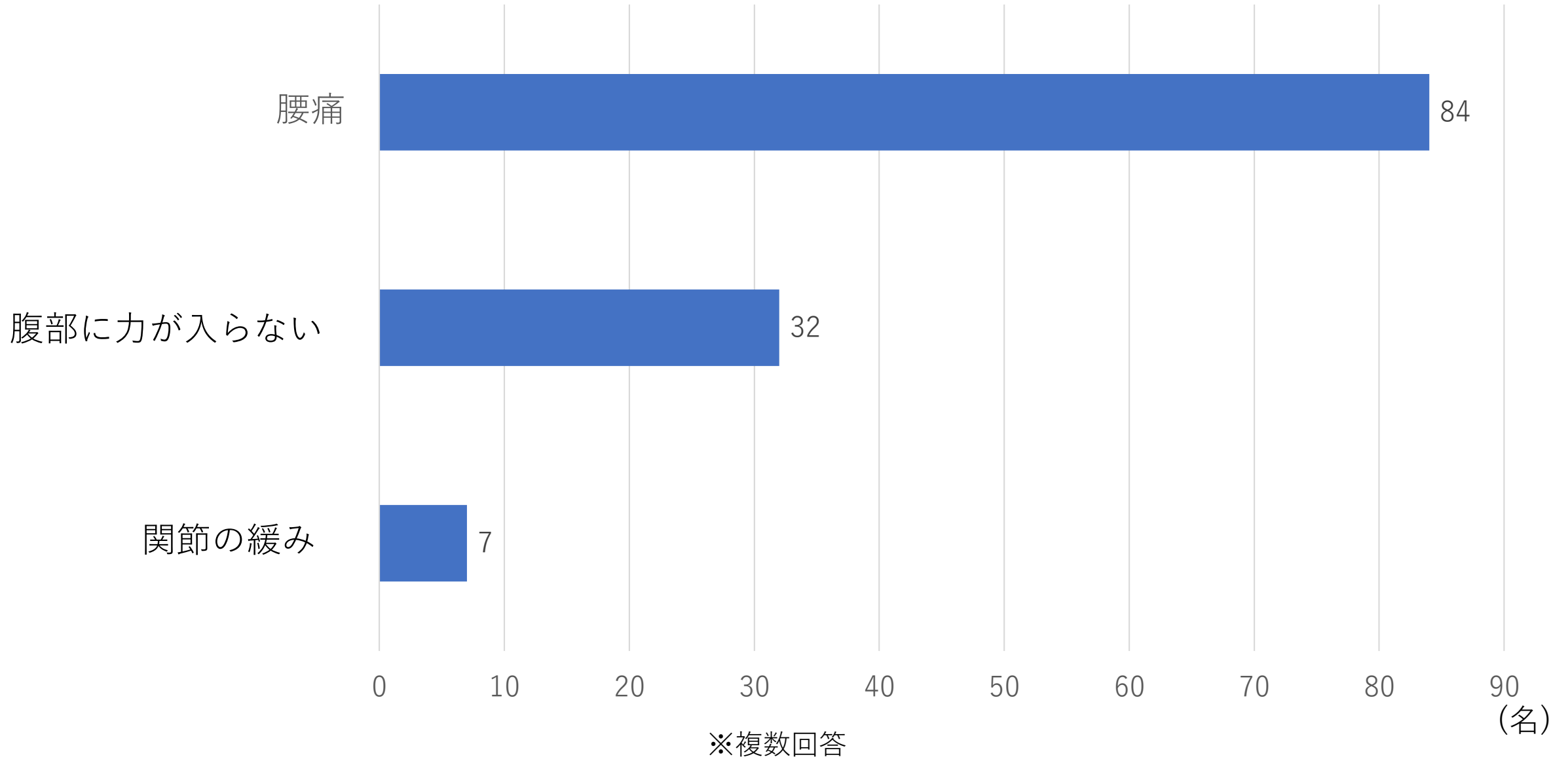
トップ選手630名を対象とした調査では、91.0%が月経周期と主観的コンディションに関連があると感じていることが報告されています*。今回の調査では、月経周期と身体の変化を感じている選手は59%であり、トップ選手と比較すると低い結果となりました。

*能瀬他, 日本臨床スポーツ医学会誌, 2014

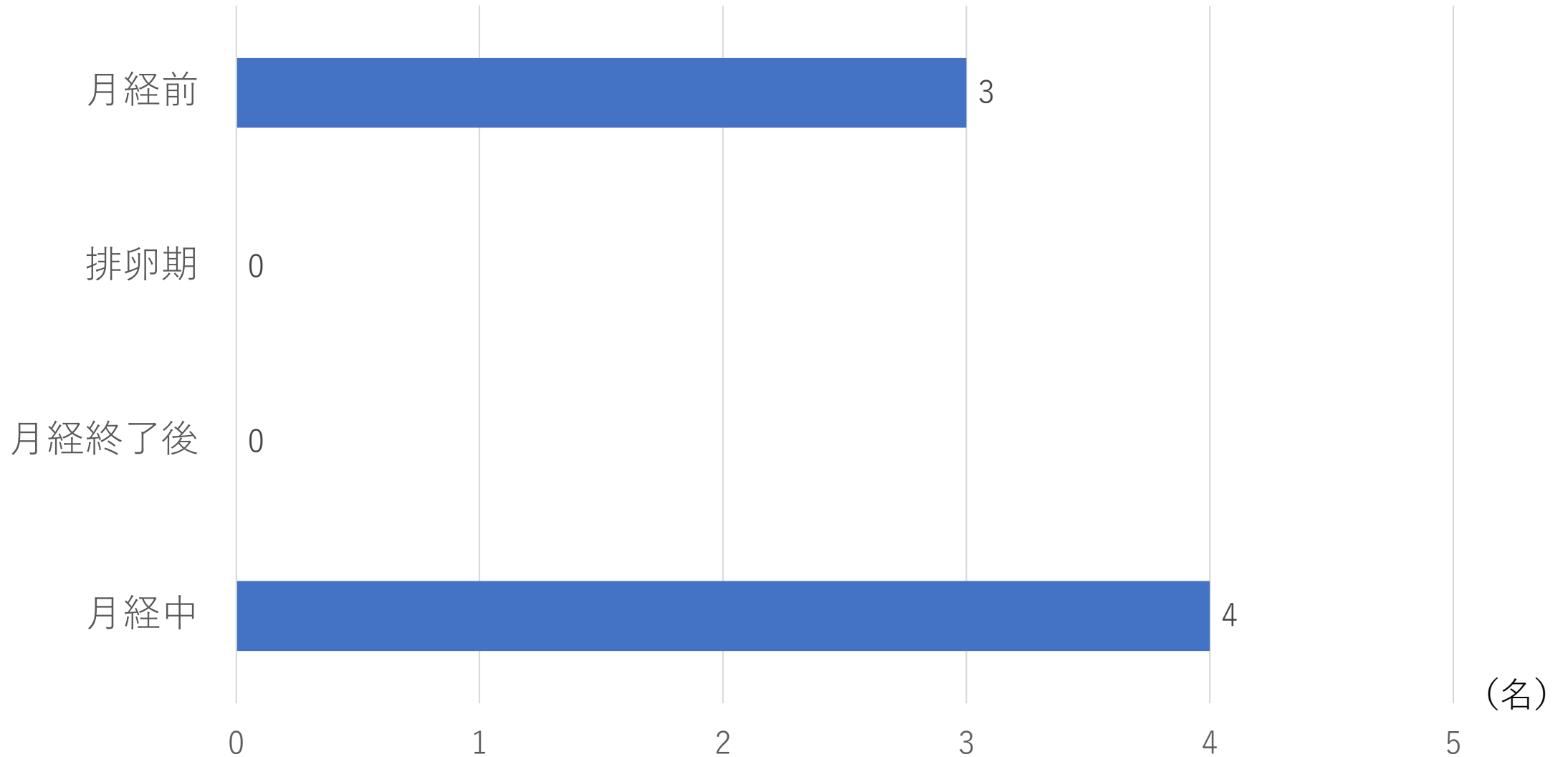
Q18 月経周期による身体の変化はありますか？(階級別)



Q19 月経周期によりどのような身体の変化を感じますか？

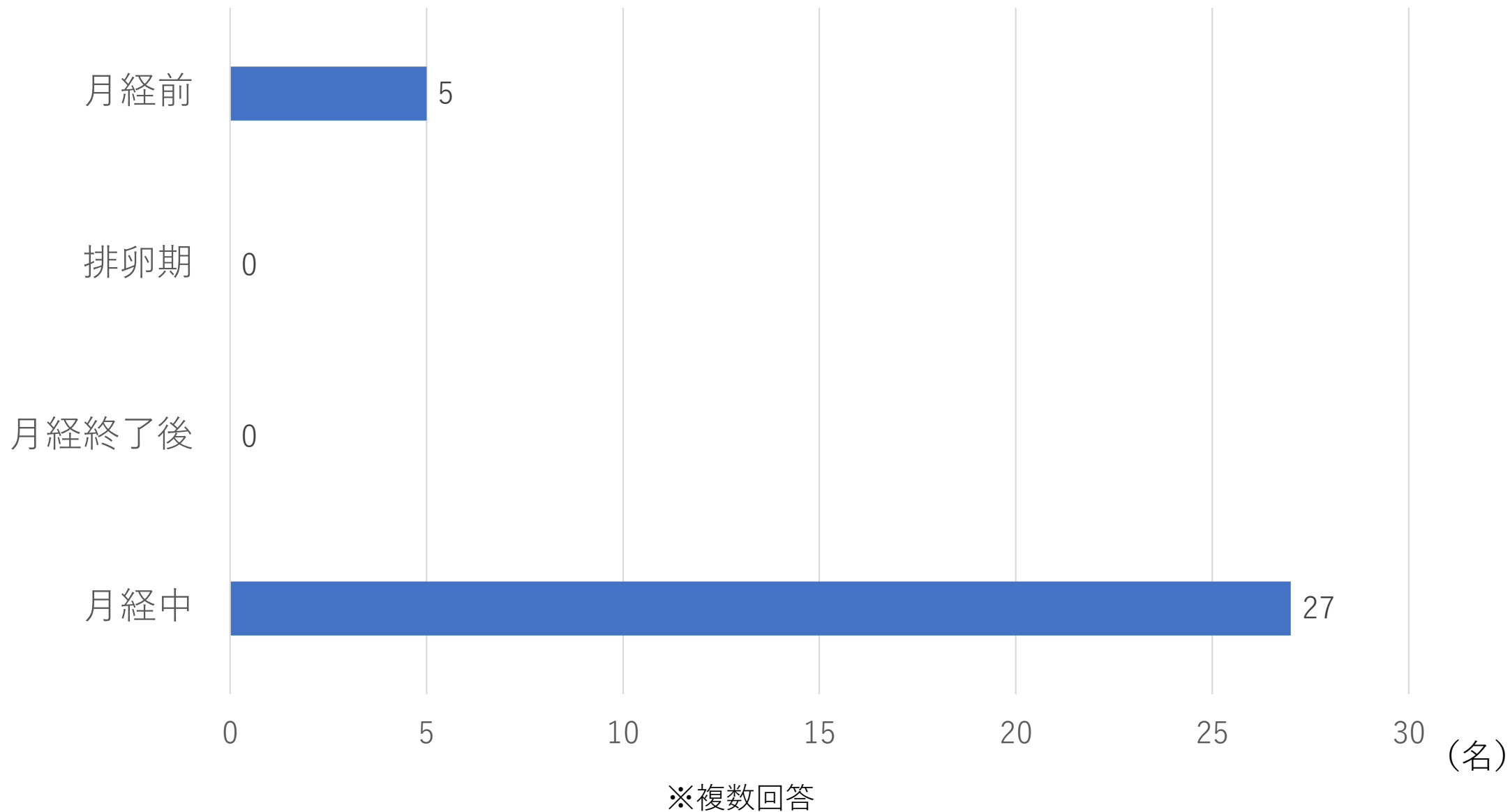


Q20 月経周期のどの時期に関節の緩みを感じますか？

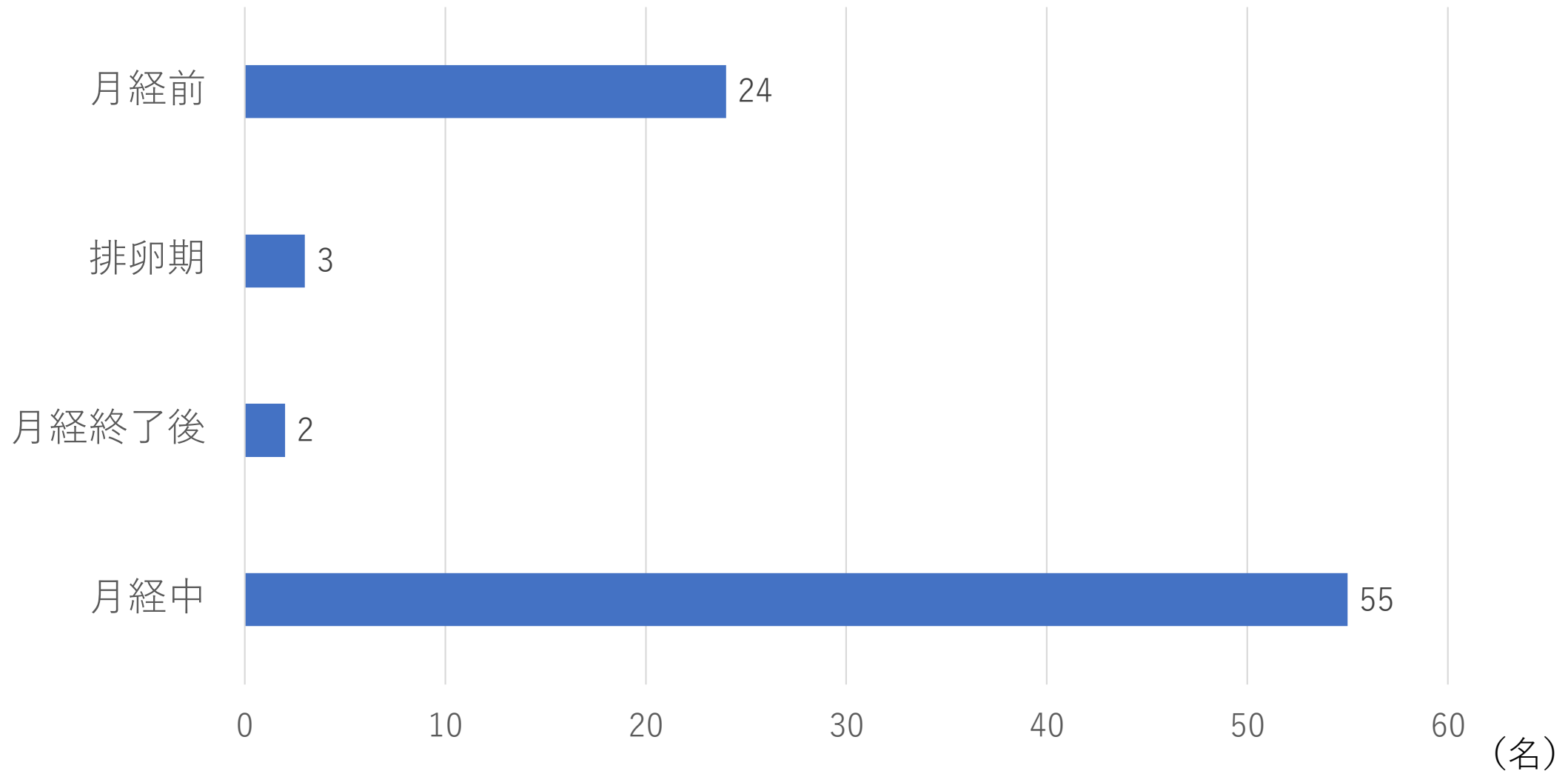


※複数回答

Q21 月経周期のどの時期に腹部に力が入りにくいと感じますか？



Q22 月経周期のどの時期に腰痛を感じますか？



※複数回答