

ヘディングは脳にダメージ

がん社会 を診る

中川 恵一

試合、ヘディングで同点とされ、ワールドカップ初出場を逃した「ドーハの悲劇」が忘れられません。

ただ、ヘディングは脳に大きなダメージを与えることが最近分かってきました。

サッカーワールドカップはアルゼンチンの劇的な優勝で幕を閉じましたが、日本代表の活躍は「ドーハの奇跡」と言ってもよいと思います。

ただ、日本代表には身長の高い選手が少なく、今回も全4試合を通じてヘディングによる得点はありませんでした。一方、スペイン戦、クロアチア戦の失点はヘディングシュートによるものでした。

ヘディングによる失点と言えば、1993年のアジア地区最終予選のイラクとの最終

ていました。

ポジション別では、ゴールキーパーではアルツハイマー病などの神経変性疾患の発症リスクは一般市民と比べ有意な差は見られませんでしたが、フィールドプレーヤーでは有意な上昇が見られ、とくに、ディフェンダーのリスクは5倍にもなりました。また、選手経験が長くなるほどリスクは上昇し、15年より長いキャリアを持った元選手ではリスクは5倍を超えました。

フランスの男子プロサッカー選手を対象とした研究でも同様の結果が出ており、認知症による死亡率は一般市民の3倍を超えていました。

ボクシングやアメリカンフットボールでも、認知症の増加が見られています。サッカーの場合、ヘディングによる小さなダメージの積み重ねとされます。

このためスコットランドサッカー協会は、試合直前と直後のヘディング練習を禁止しました。イングランドサッカー協会も12歳以下の意図的なヘディングを禁止するルールを試験的に導入しています。ただ、悪いニュースばかりではありません。サッカー選手にはがん死亡が少ないことが分かっています。

前述のフランスでの調査でも、プロサッカー選手の全死亡率は一般市民より3割以上も低くなっていました。循環器疾患による死亡率は18%、がん死亡では33%も減少していました。適度な運動どころか、激しい運動も体にプラスになることが分かります。

一般市民の場合、運動やスポーツはがん予防など、身体面でプラスになるばかりか、認知症を防ぐ効果もあります。日本サッカー協会もヘディングを禁止するのではなく、「正しく恐れる」べきだとしています。

(東京大学特任教授)



イラスト 中村 久美