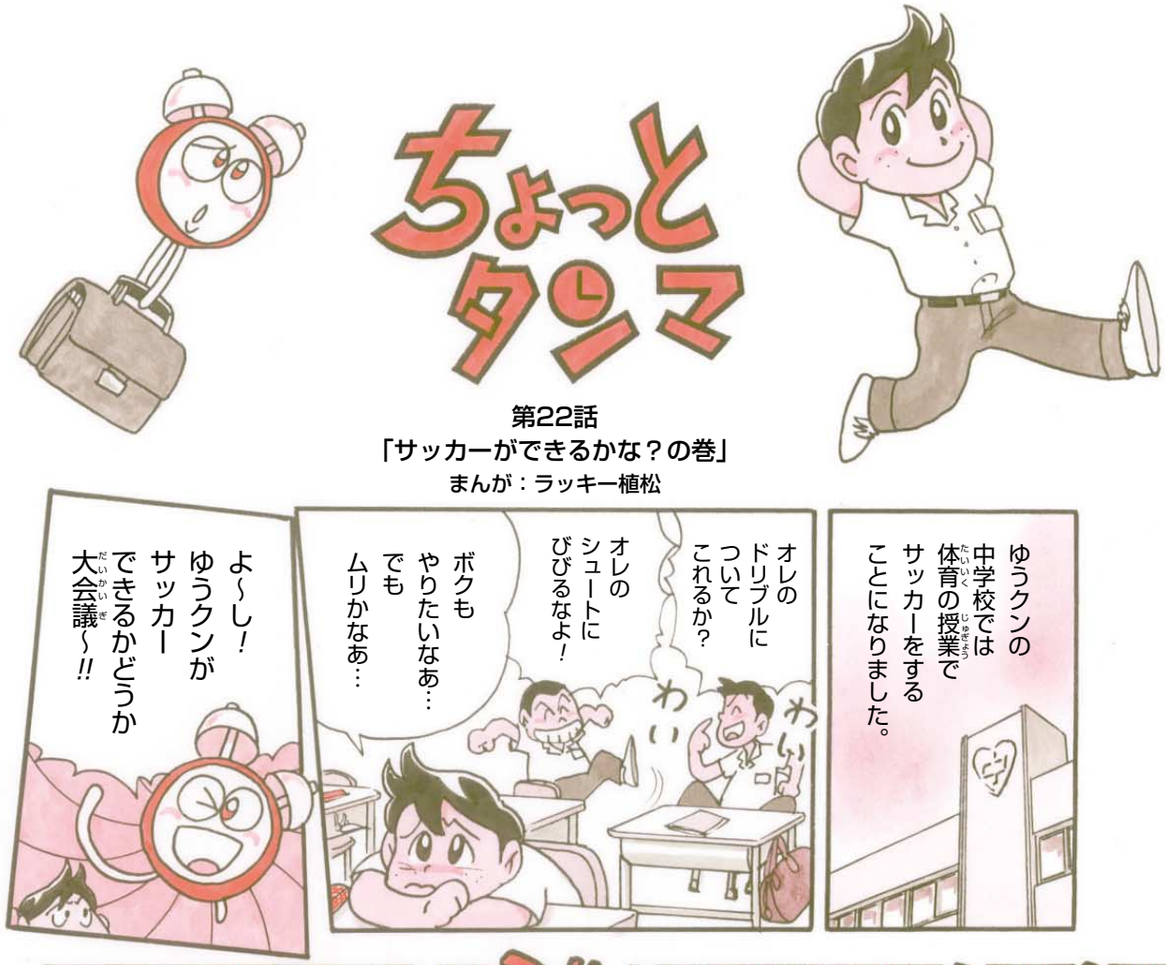
ちょっとタンマ

第22話
「サッカーができるかな？の巻」
まんが：ラッキー植松



※痛みや出血があっても、途中で止めたくない気持ちから黙っている場合もありますので、いつもと違う様子がうかがえたら声をかけてみましょう。

アテンション・メモ

体育の授業で行われる運動・スポーツは必要な対策をしておけば、原則として制限しなくてよいと考えられています。当日の朝は予備的補充療法を行い、十分な準備体操を必ず行いましょう。授業が終わってからのアイシングは、筋肉や関節の炎症を抑えるために習慣付けておくとよいでしょう。

ただし、症状や関節の状態によって、また種目によっても異なりますので、参加できるかどうかを事前に主治医とご相談ください。血友病患者さんがサッカーを行う時の注意点については、ECHO46号（http://www.bayer.co.jp/byl/hemophilia/05/index.html）もご参考ください。