

上肢(肩・肘・手)の 痛み、スポーツに よる上肢の障害 のある患者さんへ



肩 関 節 痛

整形外科で診察する痛みの中で、肩の痛みは腰痛、膝痛と同様に多い痛みの部位です。

肩の痛みは様子をみれば治るということを聞いた方もいるかもしれません。いわゆる四十肩、五十肩といわれる肩関節周囲炎は自然に治ることも多いですが、その痛み、動きの制限が長引いて、治るのに時間がかかったり、治らないことがあります。

その場合、専門的な診察や、MRIなどの詳しい検査を行うことで、その原因、治療法がわかります。痛みが続く原因のひとつとして腱板断裂があります。腱板断裂は中・高齢者に多く、明らかな外傷がなくても、使いすぎなどで肩に負担がかかることで、肩関節を支える腱板が切れてしまう疾患です。切れた腱板は放置していても治るものではありません。断裂したまま放置してしまうと、断裂サイズが大きくなったり、腱が短縮してしまったり、筋肉が変性して



図1-A: 腱板の断裂
(関節鏡による術中所見)



図1-B: 腱板縫合後

まつい ゆうき
整形外科部長 **松居 祐樹**

- ・医学博士
- ・日本整形外科学会 整形外科専門医
- ・日本スポーツ協会公認スポーツドクター
- ・リバーズ型人工肩関節置換術認定医
- ・日本手外科学会 手外科専門医

しまうため縫合ができなくなり、手術が困難になることがあります。そのため、肩が痛い場合は一度早めに整形外科に受診していただき、その原因の検査をすることをおすすめいたします。

関節注射やリハビリなどの保存加療で症状が取れば、そのまま経過観察も可能ですが、治らない場合は手術が必要になります。手術は、可能なら関節鏡を使用して肩関節を細かく観察し、断裂した腱板を縫合する手術を行います(図1)。断裂サイズが大きかったり、縫合が困難な場合は、小切開をあけて直接断裂部をみて縫合したり、周りの断裂していない腱を使用する腱移行術、また、大腿筋膜を移植する上方関節包再建術などを行うことがあります。

さらに、腱板断裂サイズが大きくなると、軟骨がすり減り、骨の変形が伴うこともあります。そのような症例ではリバーズ型人工肩関節が適応となります。現在日本では65歳以上が対象となっております

が、腱板が断裂している患者でも腱を縫合することなく、肩の挙上が可能であり、良好な成績が報告されております(図2)。



図2-A:単純X線写真



図2-B:術前後の挙上可動域

この手術を行うには資格が必要であり、道東で資格保持者は多くないのですが、当院では手術が可能です。手術の際には術前にCT検査を使用したシミュレーションを行い、術中ナビゲーションや、患者さんそれぞれの肩関節の形に合わせたガイドを用いて手術を行うことで、より精度をあげた手術を行っております(図3)。

肩の痛みの患者さんは症状が長引く前に遠慮なく当院整形外科外来を受診・ご紹介いただければと思います。

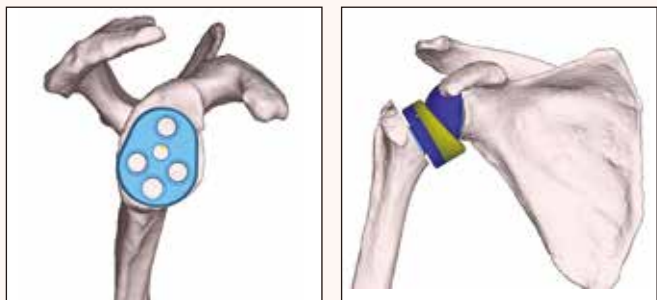


図3:術前3Dシミュレーション画像

野球肘

私は日本スポーツ協会公認スポーツドクターの資格も持っており、スポーツ選手の診察も積極的に行っております。その中でも、私は学生時代に野球を行っていたこともあり、野球選手の肩・肘の痛みに関して専門的な診察を行っております。小中学生の肘の痛みで注意が必要な疾患があります。肘離断性骨軟骨炎(OCD)です。この疾患は初期では症状に乏しく、放置してしまうと病状が進行する疾患で、悪くなってしまうと手術が必要になる疾患です。その疾患を初期の段階で見つける検査として



超音波検査が有用です。

現在、日本各地で野球肘検診として野球現場での超音波検診が行われており、私も全道各地で野球肘検診を行ってきました

(図4、5)。チームとして参加した選手は良いのですが、そのような機会がない選手もいると思います。病院では



▲ポータブルエコー

超音波検査の他にもレント

ゲン、CT、MRI検査も行うことが可能で、身体診察もあわせての評価も可能ですので、肘の痛みがある選手はもちろん、症状のない選手でも、年に一度



図4:ポータブルエコーによる野球肘検診の様子

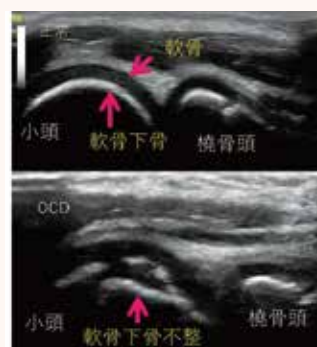


図5:超音波検査
(上:正常肘 下:離断性骨軟骨炎)

は検査をすることをおすすめいたします。希望があれば一度私の外来に受診していただいたら検査することが可能です。

スポーツの肩・肘の痛みは、肩、肘だけではなく全身の状態が関与しています。局所の評価ももちろん重要で、明らかな疾患があればそれに対するアプローチをしていきますが、全身状態のコンディショニングも非常に重要となります。診察の際には総合的に評価しアドバイスをすることも可能ですので、痛みが続いていて心配な選手は受診・ご紹介いただければと思います。