



けんばんだんれつ

五十肩と腱板断裂

整形外科 診療部長 しばやま ゆうじ
芝山 雄二

肩が痛いと感じたとき、五十肩を疑う方は多いのではないのでしょうか。五十肩（正式名：凍結肩）は関節を包む袋である関節包に炎症が生じて、それが固まることにより、肩が動かなくなる病態で、ひどくなる（炎症期）と痛みで夜も眠れなくなります。痛みは徐々に改善しますが、すぐに肩は上がりません（拘縮期）。これは関節包の炎症が改善しても、まだ組織が線維化（組織中の結合組織が異常増殖すること）しているためです。これが徐々に正常組織に置き換わっていくと、ようやく肩が上がるようになりますが、「肩が硬くなるから」といって痛む中無理に動かすのは、炎症を起こしている組織に負荷をかけることになり、逆効果になります。炎症期は安静にし、症状が強ければ関節内へのステロイド注射が唯一の治療方法となります。また、炎症期から拘縮期に移行すれば、リハビリによる可動域訓練が主な治療方法となり、それにより95%以上の人が治癒するといわれています。

それに対して、腱板断裂は全く違う病態です。腱板は足でいうアキレス腱のようなものですが、すべてが断裂するわけではないため、痛みがあっても肩が上がる場合は腱板断裂の可能性があります。腱板断裂は頻度が高い疾患であり、文献によっては50代の10人に1人、60

代の4人に1人、70代の2人に1人が腱板断裂があるともいわれています。また、多くの人が無症状なのが特徴です。そのため、治療の第一選択は保存治療（注射、投薬、リハビリ）になります。手術に関しては、保存療法で改善しない人だけではなく、断裂が広がる傾向にある人が対象になります。腱板断裂は自然修復することはありません。ただし、3cmを超える大断裂になると術後成績が悪くなります。断裂が1cmを超える中断裂になると病態が悪化しやすいため、この時期が手術を検討するタイミングになると考えています。

なお、その診断にはMRIが最重要です。私は以前からMRIにおける診断法の研究をしており、放射状MRIという特殊な撮像方法を当院にも取り入れております。これにより、正確に腱板の断裂形態を把握することが可能となり、手術にも有用となっています。そして手術においては関節鏡を用いています。関節鏡は、術後の傷が小さく、関節内という体の深い部分をより詳細に見ることが出来ます。断裂形態は人によって異なります。その人に合わせた修復方法が必要となるので、病態を詳細に把握することは手術において重要になってきます。肩痛が出た場合は早期の診断が大切ですので、早めに医療機関を受診しましょう。

10月の救急医療機関

	外科休日当番医 (8:30～翌8:30)	歯科休日当番医 (9:00～12:00)	電話番号	住所
2日(日)	滝川脳神経外科	よりもと歯科医院	0124-22-4618	芦別市北4条西3丁目7-8
9日(日)	滝川脳神経外科	あい歯科クリニック	0125-22-8500	滝川市東町3丁目1番29号
10日(月)	市立病院	グリーン歯科クリニック	0125-54-3434	砂川市西3条北4丁目1-15
16日(日)	滝川脳神経外科	おおさき歯科	0124-23-0648	芦別市北1条東1丁目7番地17
23日(日)	市立病院	北竜町立歯科診療所	0164-34-2656	北竜町字和2-17
30日(日)	滝川脳神経外科	深川第一病院歯科口腔外科	0164-23-3516	深川市あけぼの町1-1

※市立病院…Tel 22-4311/ 大町2丁目2-34 滝川脳神経外科…Tel 22-0250/ 西町1丁目2-5

休日の内科・小児科の診療は市立病院で受け付けます（8:30～翌8:30）。

平日の時間外診療の協力医療機関については当番病院案内ダイヤル（Tel 22-2299）でお知らせします。