

腱板断裂

ある地域で、症状が出ているか否かに関係なく住民の肩を調べると、50代で13%、60代で26%、70代で46%が発症していました。

「そこまで多い感じがしないのですが……」
「3分の2は、痛みがないケース(無痛性)です。ですので、受診に来る方が少ないのです。」

「無痛性?」
「痛みが出ないケースは、受診しにくいですが、先ほど紹介したセルフチェックの③をおすすめします。」

「腱板断裂」だった場合

五十肩と思いきや…異なる疾患



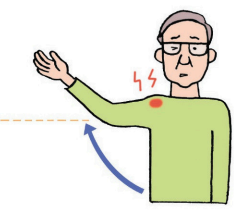
竹内 部長 整形外科

断裂が広がる前に受診を

「肩を上げると痛い……五十肩?」
「腱板断裂。この疾患について、原三信病院(福岡市)の竹内直英部長(整形外科)に聞きました。」

「他の疾患の可能性もあります。」

主な症状



腕を横に上げると、水平の辺りでひっきり、痛む

簡単なテストでセルフチェックを

「五十肩とは違う疾患なので……」

発症する年代は重なるていますが、全く異なる疾患です。

いわゆる五十肩(肩関節周囲炎)は、肩関節の周辺に炎症が生じ、関節が癒着して動きが硬くなる疾患です。肩の「可動域」が著しく狭まることが特徴です。

一方、「腱板断裂」では、痛みや違和感が出ることはあっても、可動域が狭まることはありません。

「どういった疾患なのかでしようか。」

肩の骨に付いている筋肉の一部または全体が「腱板断裂」です(別掲「発症の仕組み」参照)。主に、次のようなテストでセルフチェックできます。

夜間痛



「夜間痛」は、腕の下にクッションを置くくと痛みが減ります

①腕を横に上げると、水平の辺りをひっきり、痛む

②腕を動かすと、こすれる音がする

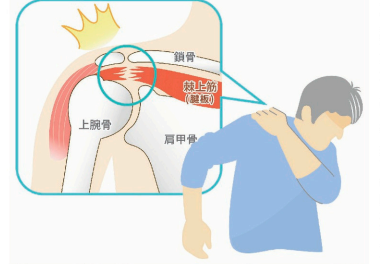
③腕を横に水平に上げ、わずかな抵抗を加えると腕が下がる

「夜間痛も多い」

「なぜ腱板が切れてしまっているのか?」

加齢による腱の変性が主な原因です。利き手に起ることが多く、使い過ぎ、一度断裂した腱板は、自然には治らない

発症の仕組み



腱とは、筋肉が骨に付着している箇所のこと。「腱板」は棘上筋など、肩の骨を覆う四つの筋肉で構成される、いわゆるインナーマッスルです。腕を上げたり、回したりする動きを支える重要な働きを担っています。その一部もしくは全体が断裂した疾患を、「腱板断裂」と呼びます。

※イラストでは最も切れやすい棘上筋の断裂のみを表記

断裂の大きさと痛みの大きさは関連していません。気がなると、早期に受診して、症状を確認し、病院では、MRIなどで、その検査を行って診断します。特にMRI

「インピンジメント?」

日本語に訳すと「衝突」です。腕を上げた時などに、断裂して離れた腱板の端と、肩甲骨が「衝突」し、痛みが出るのです。

「夜間痛」を訴えるケースも少なくありません。

「治療法は?」

「1では、切れた腱の断裂の箇所が白く映ります。五十肩などと比べると、炎症もよく分かりますように見えます。」

「消炎鎮痛剤の飲み薬や注射薬を処方したり、ステロイドやヒアルロン酸の注射を行ったりします。その上でリハビリや運動療法も行っています。」

「安静にしなくてもよいのでしょうか。」

「肩は頻繁に動かす関節的なものであるため、固定して可動域を狭くするのは避けたいです。急性期以外は、痛くない範囲でリハビリなどに取組みます。」

「それならば3カ月経っても効果がなければ、手術を選択します。痛みが治まれば、手術は行わなくても大丈夫です。」



病院で襲名?

「代々、原三信という名を襲名しているんです」

「襲名、って、伝統芸能みたいですね……」

「1600年、筑前藩主の黒田氏に藩医として召し寄せられた、初代から始まったと聞いています」

「えっ、関ヶ原の戦いが起きた年からなんですか?」

「……」

「聞くと、先の6代目は藩主の命で、長崎の出島に留学。襲

「インピンジメント?」

日本語に訳すと「衝突」です。腕を上げた時などに、断裂して離れた腱板の端と、肩甲骨が「衝突」し、痛みが出るのです。

「夜間痛」を訴えるケースも少なくありません。

「治療法は?」

「1では、切れた腱の断裂の箇所が白く映ります。五十肩などと比べると、炎症もよく分かりますように見えます。」

「消炎鎮痛剤の飲み薬や注射薬を処方したり、ステロイドやヒアルロン酸の注射を行ったりします。その上でリハビリや運動療法も行っています。」

「安静にしなくてもよいのでしょうか。」

「肩は頻繁に動かす関節的なものであるため、固定して可動域を狭くするのは避けたいです。急性期以外は、痛くない範囲でリハビリなどに取組みます。」

「それならば3カ月経ても効果がなければ、手術を選択します。痛みが治まれば、手術は行わなくても大丈夫です。」

「手術は2種類」

「手術は大きく2種類あります。一つ目は「鏡下腱板修復術」です。1センチほどの切開を計り力を入れ、関節鏡を使って手術します。切開が小さく、内側から外側へ引く張糸を出し、専用のピンと糸を使って、腱板に縫合する手術です。

「インピンジメント(衝突)の痛みがなくなるのですね。」

「はい。ですので、断裂が広がる前の早期発見。早期治療が最も大切です。早期が痛くなったなら、五十肩と決め付けず、整形外科を受診してください。」

※1774年に日本で初めて翻訳・出版された本格的な解剖書