

特集インタビュー

それって本当に年齢のせい？

肩の痛みに関する

3つの知識



肩に痛みを感じたら迷わず受診してください。
関節の専門医が適切な治療を行います。

一宮西病院 整形外科 部長 梶田 幸宏

それって本当に年齢のせい？ 肩の痛みに関する 3つの知識

一宮西病院 整形外科 部長 梶田 幸宏

四十肩、五十肩という言葉をよく耳にします。歳をとると肩は痛くなるもの、腕は上がりにくくなるものと思込んでいませんか？

そんな皆さんにぜひ知ってもらいたい肩の痛みに関する基本的なことを、一宮西病院 整形外科部長、梶田幸宏医師に伺いました！

一宮西病院 整形外科 部長 梶田 幸宏 (かじた ゆきひろ)

【主な資格】日本整形外科学会 専門医
国際緊急援助隊医療チーム 登録医師
日本体育協会認定 スポーツドクター
医学博士

【得意分野】整形一般、スポーツ(上肢)、肩・肘関節、外傷

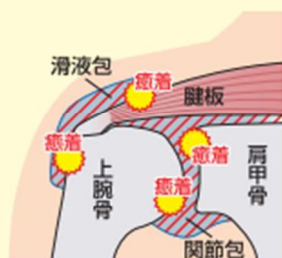
1 肩の痛みについて

肩の痛みは全て四十肩・五十肩なのですか？

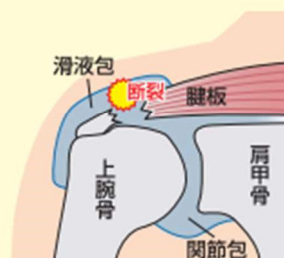
肩の症状で来院される患者さんで多いのは、確かに「四十肩・五十肩」です。発症年齢で四十肩・五十肩等と言われていますが、実際には60代に多く、性別では女性が多いです。正式な病名では「拘縮肩(凍結肩)」といいます。拘縮肩は「関節包(関節の袋)」が小さく縮んでいる状態で、基本的に保存的治療をとります。手術に至る事はほとんど無く、リハビリや内服薬、注射療法で改善を図ります。そして、患者さんご本人が拘縮肩だと思っても、意外に多いのが「腱板(けんぱん)断裂」です。腱板とは腕の骨と肩甲骨を繋ぐ腱のことで、これが腕の骨から剥がれた状態が腱板断裂で、手術に至ることが多いです。どちらも「肩が痛い」という症状です。「肩の痛み=拘縮肩」と認

識されている方が多いと思いますが、画像検査を進めていくと、拘縮肩と腱板断裂の鑑別診断が可能となります。“肩が上がらない”という症状は共通していますが、他動で(誰かの力を借りても)肩が上がらない場合は拘縮肩、他動であれば肩が上がる場合は腱板断裂、という診断に至ることが多いです。

凍結肩
(四十肩・五十肩)



腱板断裂
(けんぱんだんれつ)



2 拘縮肩になってしまったら

拘縮肩(四十肩・五十肩)について詳しく教えてください。

拘縮肩はリハビリや内服薬、注射療法で治療を進めます。拘縮肩の症状は個人差が非常にありますので、特に疼痛が強い方に対しては、私の場合は、超音波を使って痛みの場所を狙って注射をします。痛みの程度にもよりますが、1回の注射で2~3週間は痛みが緩和されます。また近年では鎮痛剤の種類が増えたため、各患者さんにあった内服薬を処方します。先に述べたように、拘縮肩は関節包が小さくなっている状態ですが、痛みが緩和されている間にリハビリを行い、小さくなった関節包を広げることがこの治療法です。一度小さくなった関節包も、リハビリで元通りになるのです。リハビリをしても関節包の広がりが不十分な場合は、もう少し積極的な治療をすることもあります。超音波をつかった注射で関節包を膨らませる方法、超音波を用いて神経ブロック注射を施行し、肩を無痛状態にして徒手的に(何も使わずに素手で)関節包を裂く方法(非観血的関節授動術)、内視鏡で拘縮した関節包をはさみで切る方法(鏡視下関節授動術)もあります。内視鏡手術をしても、その後のリハビリを怠ると再発してしまいますので、リハビリと連携し治療します。拘縮肩は体の硬い人、女性、運動習慣がない人がなりやすいです。日頃から運動すること、姿勢をよくすることが大切です。あと肩甲骨の動きが硬いと拘縮肩になりやすいので、肩甲骨を意識しながら動かすことが大切です。テーブル拭きなどはちょうどよいですね。座ったまま手を伸ばし、机の隅々まで拭く、という習慣は良いと思いますよ。



内視鏡手術の様子

3 腱板断裂になってしまったら

腱板断裂について詳しく教えてください。

拘縮肩とよく間違われるのが腱板断裂です。繰り返しになりますが、腱板とは腕の骨と肩甲骨を繋ぐ腱のことで、これが腕の骨から剥がれた状態が腱板断裂です。腱板断裂は加齢とともに徐々に断裂を起こす変性断裂と転倒などによる外傷性断裂があります。一般的に多いのは60~70代です。自覚症状についても幅広く、夜間の痛みが強い場合は早めの手術をお勧めします。肩は冷えに弱いので、夜中、特に寝ている間に冷えて痛みが出ることもあるのです。また寝ている姿勢が腱板に負荷をかけることもあるので、痛みが出やすいのです。程度によりますが、内視鏡を使った低侵襲の手術も可能です。内視鏡治療で切れた腱板を腕の骨に縫いつけるという手術です。さらに症状が進行し、断裂が拡大した場合でも、人工肩関節を使った治療(リパース型人工肩関節置換術)もあります。これは簡単に言うと、人工肩関節で肩の別の筋肉(三角筋)を伸ばし、別の筋肉で肩を上げることが出来るようにするという特殊な手術です。これは、腱板が完全に萎縮してしまい修復できない場合など、腱板断裂の末期の方を対象としています。この特殊な手術は平成27年から可能になりましたが、実施できる医師はまだ限られています。もちろん当院では施術可能です。

Message

肩の痛みでお悩みの皆さんへ<当院の整形外科の強み>

当院では、超音波検査を行いその場で診断をつけることも、MRIを撮って確定診断することも可能です。当院の超音波は画像が鮮明なので、検査を含め治療まで行うことができます。「五十肩かな?」と思った方は、年齢のせいだと諦めるのではなく、できるだけ早く病院に来て診断を受け、適切な治療を受けてください。万が一腱板断裂でも、治療方法は確立されているので心配ありません。肩に痛みを感じたら、迷わず受診してください。また当院には、肩、肘、手、脊椎、下肢(股・膝・足)など、各関節の専門医が揃っています。ドクター同士、またリハビリとの連携も密にとれていますので、色々な部位の症状でかかっていたとしても、当院だけで完結することができます。

2023年(竣工予定)

一宮西病院 新館B棟 始動!

一宮西病院は現所在地の南側敷地に、現在の建物と同規模の新館B棟を増築します(2023年竣工予定)。完成後の一宮西病院の総敷地面積・延べ床面積はともに約2倍、ベッド数は約1.6倍(497床→801床)となり、医療法人としては県下最大規模の病院になります。予防から救急・急性期、リハビリテーション、在宅復帰支援まで、「垣根のない医療」を提供できるようになり、これまで以上に地域医療へ貢献します。



▲一宮西病院・新館B棟完成イメージ。屋上ヘリポートでドクターヘリの着陸も可能。



▲イメージ内、左の建物が増築部分。



▲上空通路で既存建物とB棟を接続。

ためらわず! すぐに!

救急車を呼んだ方がよい症状

以下の症状がでたら、すぐに治療を受けないと生命にかかわったり後遺症が残ったりする可能性があります

- ① 胸の激痛、強い締めつけ感
- ② 背中 of 激しい痛み
- ③ 突然(もしくは目が覚めたら)
 - 激しい頭痛がする(未体験の激痛)
 - 手や足が動かしにくくなる
 - 言葉がしゃべりづらくなる
 - 歩きづらくなる



CBCラジオ「健康のつぼ」絶賛放送中!!

CBCラジオにて「健康の啓発」を目的としたコーナー「健康のつぼ」(午前ワイド番組「つぼいノリオの聞けば聞くほど」内)を放送しています。当院のドクターとつぼいノリオ氏と小高アナが「気になる病気について」トークを繰り広げます。



次世代の低侵襲治療を実現! 手術支援型ロボット



ダ・ヴィンチXi 始動!!

最新の第4世代モデル 次世代の低侵襲治療を実現

手術支援型ロボット「ダ・ヴィンチ」とは、術者が遠隔でロボットアームをコントロールし、腹部や胸部などの手術部位へ多角的に且つ容易にアプローチすることができる、次世代型の低侵襲治療機器です。一宮西病院は、従来型よりも操作性・機能が向上したダ・ヴィンチのフラッグシップモデル「ダ・ヴィンチXi」を、2021年より導入しました。泌尿器科領域、婦人科領域、消化器外科領域、呼吸器外科領域で稼働していきます。ダ・ヴィンチの導入により、一宮西病院での低侵襲手術の選択の幅が広がります。

一宮西病院 基本方針

24時間365日、いつでも
どんな怪我や病気も断らない

最新の設備と
高度な医療技術の提供

患者さま中心の
きめ細かい医療サービスの実践

一宮西病院

TEL0586-48-0077(代)

〒494-0001 愛知県一宮市開明字平1番地
(休診日/日曜・祝日・年末年始)

診療時間	月～金曜日	(午前) 9:00～12:00 (午後) 一部の診療科では午後診を行っております。詳しくはホームページをご確認ください。
	土曜日	(午前) 9:00～12:00

※救急の場合は随時受付応需いたします。※診療科により異なりますので、詳しくはホームページをご確認ください。

ここからも随時情報を発信中!!



ホームページ
はこちら



Facebook
はこちら



YouTube
はこちら