

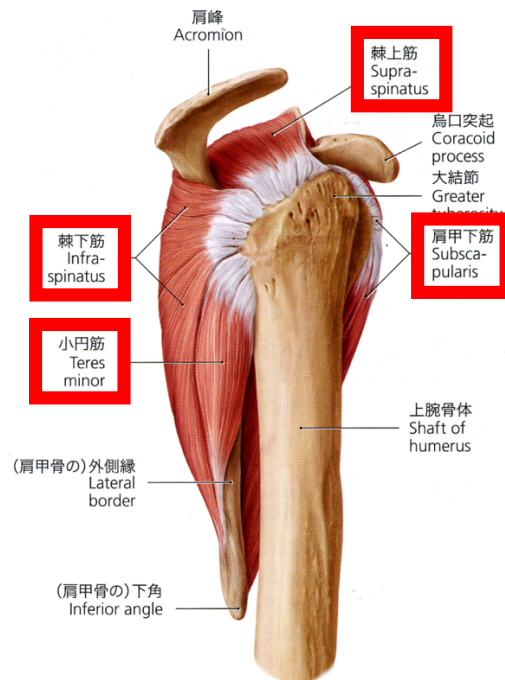
## 腱板損傷

### ・ 腱板損傷とは？

肩の関節にあるインナーマッスルの損傷です。

肩のインナーマッスルは棘上筋・棘下筋・肩甲下筋・小円筋の 4 つの筋で構成されています。その中でも特に棘上筋は損傷を受けやすい構造となっています。

今回は棘上筋腱損傷について述べていきます。



プロメテウス解剖学アトラス 第2版より引用

### ・ 好発年齢は？ どうやって損傷するの？

外傷であれば青壮年でも発生しますが、棘上筋腱損の多くは高齢者で発生します。

高齢者の場合は「無徴候性断裂」しているケースも多々みられます。

無徴候性断裂とはケガの発生機序がなく知らない間に損傷してしまっていることです。

痛みがある場合と痛みがない場合があるため検査をしてみないと損傷の有無が判断できないこともあります。

我々も痛みがない側を検査してみたら損傷していたといケースによく遭遇します。

## ・どういう症状になる？

断裂がひどいと肩を挙上することができなくなります。

夜寝ていて痛みで目が覚めてしまうなどの「夜間痛」を訴えることもあります。

断裂は徐々に進行していくため日常生活動作に支障が出る前に、早めに医療機関を受診することをお勧めします。

## ・どうやって腱板損傷を評価するの？

若田接骨院では超音波観察装置（Xario 200 | 超音波観察装置 | キヤノンメディカルシステムズ）を用いて詳細に患部を観察しております。細かな腱板損傷も見逃すことはありません。レントゲンは骨しか写し出しませんが、超音波観察装置では生体内すべての組織を映し出すので腱板損傷以外での肩痛の原因を発見することもできます。



## ・治療はどうやって行うの？

超音波観察で損傷程度を加味して「固定」の有無を判断します。

闇雲に固定をしてしまうと関節可動域制限を助長してしまい、日常生活動作に大きな支障を与えてしまいます。

固定するべきか？動かすべきか？の判断には熟練した知識と技術が必要になります。

我々にはそのノウハウがあります。

さらにの損傷した腱板の修復を目的に低出力超音波パルス療法（Low intensity pulsed ultrasound）を行います。

低出力超音波パルス療法は治療条件が整えば、治癒までの期間が約 40%短縮される優れた治療方法となっております。

## ・どれくらいの期間で治療が終わるの？

腱板損傷の治療期間は非常に長いです。

長い方は半年以上要する患者さんもいます。

治療のゴールも患者さんによって違います。例えば「腕が拳がればいい」、『痛みがなくなればいい』、『スポーツに復帰したい』など多様です。

若田接骨院では患者さんひとり一人に合わせた治療プログラムを提供しております。



40代以降の肩の痛みは腱板損傷があるかもしれません。  
まずは超音波関節で検査することをお勧めしております。  
なんとなく四十肩・五十肩で終わらせてはいけません。  
肩の痛みでお困りの方は、ぜひ当院にご来院くださいませ。