病院の実力 ～神奈川編 169

肩の病気

つらい痛み 正確な診断を

今回は「肩の病気」を取り上げる。多くは加齢やけがが原因で、痛みを招く。腕が上がらなくなれば、着替えや家事など日常の動作に支障を来す。強い痛みで眠れないこともある。

調査は、日本肩関節学会の会員が所属する医療機関に実施。五十肩とも呼ばれる「肩関節周囲炎」、肩関節につながる板状の筋肉「腱板」が裂ける「腱板断裂」、肩関節の軟骨がすり減る「変形性肩関節症」のほか、脱臼を繰り返す「反復性肩関節脱臼」、しびれを招く「胸郭出口症候群」の五つの病気を対象に、2021年の新規患者数や手術数などを尋ねた。

治療の基本は保存療法だ。安静や薬で痛みを和らげた後、肩を動かし、筋肉を鍛える運動療法を行う。その上で、改善しない場合は、手術も選択肢となる。

手術は進歩している。変形性肩関節症では14年4月、新たな人工関節「リバース（反転）型」を使った置換手術が公的医療保険の適用になった。腱板を使わずに、腕を上げられるのが特徴だ。従来の人工関節が使えなかった、激しい腱板断裂を伴う高齢患者を対象に広がる。

肩の痛みの原因は様々だ。頸椎など別の部位の病気が招くこともある。経験豊かな医師の問診や触診、画像検査が、正確な診断につながる。つらい症状が続く時は、肩を専門とする整形外科医を受診したい。

北里大学病院
リハビリテーション科
見目（けんもく）智紀 科長

肩を動かし回復図る

五十肩と言われると、病名で傷ついてしまう患者も多いので、「凍結肩」と呼んでいる。肩が凍り付いたように固まってしまうとの意味だ。

50～70歳代で、比較的女性に多い。肩関節を円滑に動かす役割をしている「関節包」という袋状の被膜が固まって炎症を起こす。小さく前へならえをした状態で、前腕を左右に開けなくなる。

腱板断裂は、筋肉と骨の間で関節の動きを調節する四つのインナーマッスルの腱の部分がこすれて切れてしまうこと。男性の利き腕に発症することが多い。70歳以上の半数に断裂が起きているデータもあるが、68％は無症状で生活に困らない。痛みがあり、腕が肩よりも上がらなくなると治療が必要になる。

肩の治療の多くは温存療法。痛みを緩和しながら、肩を動かすことで回復を図る。インナーマッスルは小さい筋肉なので鍛えるというよりも、動くようにするとのイメージでリハビリを進める。ただ、痛みがあれば無理して動かさない、頑張らないことが肝要だ。

腱板断裂が深刻ならば、人工関節に置き換える手術もある。腱板が完全に断裂しても、肩の動きを取り戻せる「リバース型」の手術が選択できる。

肩を動かせないと、あらゆる日常生活に影響し、睡眠障害にもつながる。痛みを感じたら、医療機関の受診を勧めたい。

全国の調査結果は15日の「安心の設計面」に掲載しました。

病院の実力「肩の病気」

医療機関別2021年治療実績
（読売新聞調べ）

医療機関名	新規患者数計（人）	手術 総数（件）	人工関節置換術（件）	うちリバース型（件）	保存療法実施状況
東海大	1420	103	7	2	
ベースボール&スポーツク	1190	6	0	0	○
藤沢ぶん整形外科	1131	0	0	0	○
ほり整形外科ク	824	0	0	0	○
戸塚共立第2	443	0	0	0	○
湘南鎌倉総合	436	0	0	0	○
市立川崎	360	105	23	22	
座間総合	345	33	4	4	○
藤沢湘南台	318	22	0	0	○
新百合ヶ丘総合	230	57	0	0	○
つちはら整形外科ク	218	0	0	0	○
北里大	208	67	14	10	
東海大大磯	184	26	1	1	○
日本医大武蔵小杉	166	0	0	0	
横浜掖済会	145	2	1	1	○
横浜市立市民	140	26	6	5	
横浜労災	103	1	0	0	
海老名総合	100	25	1	1	—
小田原市立	98	7	0	0	○
聖マリアンナ医大横浜市西部	98	6	0	0	○
済生会横浜市東部	53	9	5	3	
平塚市民	9	3	0	0	
菊名記念	1	1	0	0	○
横浜南共済	—	125	7	6	—

「ク」はクリニック。「—」は無回答または不明