

五十肩について

五十肩とは

江戸時代より、五十歳前後に好発する肩痛は「五十肩」と呼ばれてきました。俚言集覧(りげんしゅうらん)という江戸時代に発刊された辞典に記載があります。その後20世紀に入り、レントゲン撮影やCT、MRI、超音波検査機器等の診療技術の進歩に伴い、腱板断裂や石灰性腱炎などの肩関節疾患の病態が明らかになり、江戸時代から言われている「五十肩」の定義が明確化されてきました。今日では、明らかな外傷や肩関節疾患がなく、レントゲン写真は正常像を示し、肩関節痛およびすべての運動方向の可動域制限を示すものが「五十肩」と定義されています。そしてこの「五十肩」は病理学的に、関節包の炎症と肥厚が関係することが解明されており、現在では「五十肩」の進行した末期の状態となると「癒着性肩関節包炎」が病名として使われています。

癒着性肩関節包炎の治療

癒着性肩関節包炎に対する治療は、薬やリハビリといった保存療法から開始されることが多いですが、数年間症状が改善しない症例も存在することが知られています。そのような症例では、麻酔下の非観血的肩関節授動術(マニピュレーション)や鏡視下肩関節授動術が有効であるとされ、これらの侵襲的治療は、上腕骨と肩甲骨関節窩をつなぐ肥厚した関節包を切離することを目的としています。しかしながら、マニピュレーションを施行した症例では、結帯動作(手を背中にもっていく動き)等の肩関節内旋制限が残存する可能性があり、内視鏡を使った鏡視下手術で癒着範囲を切除することで、その内旋制限がより改善することが知られています。つまり、保存療法の効果が乏しい癒着性肩関節包炎には、鏡視下肩関節授動術が有効です。

当院における鏡視下肩関節授動術の治療成績

前述の診断基準で診断された癒着性肩関節包炎の患者さんで、3カ月以上施行した保存療法(投薬、理学療法)が無効、かつ手術を希望された20名の術後6カ月の治療成績を以下に示します。挙上(手を前から上に挙げていく)角度は術前平均104.3°から、術後1カ月で147.3°、術後3カ月で154.5°、術後6カ月で159.8°と術前から有意に改善しました。外転(手を真横に挙げていく)角度は術前平均93.0°から、術後1カ月で146.5°、術後3カ月で151.3°、術後6カ月で155.5°と術前から有意に改善しました。外旋(小さく前ならえの姿勢から、肘を体につけたまま手が外に開いていく)角度は術前平均13.3°から、術後1カ月で38.3°、術後3カ月で43.0°、術後6カ月で46.0°と術前から有意に改善しました。結帯(手を背中にもっていく動き)は術前平均第4腰椎から、術後1カ月で第12胸椎、術後3カ月で第12胸椎、術後6カ月で第11胸椎と術前から有意に改善しました。また、夜間痛は、術前平均5.7(一番痛い状態を10として)から、術後1カ月で3.7、術後3カ月で1.8、術後6カ月で1.5と有意に改善しました。なお、全症例の平均手術時間は61.0分であり、術後合併症を起こした症例は皆無でした。以上から、癒着性肩関節包炎に鏡視下肩関節授動術は有効であると考えられました。

おわりに

厚生労働省の調査によると、肩痛は日本人の約60%が抱えていると言われています。この中には様々な肩関節疾患が含まれています。今回紹介した癒着性肩関節包炎もそうですが、腱板断裂や変形性肩関節症といった疾患の可能性もありますので、肩痛でお悩みの方はぜひご相談ください。特に夜間痛は末期の症状ですので、早めの受診をオススメします。

(整形外科 科長 鈴木一瑛)

～図書紹介～

新刊図書の一部です



エピクロスの処方箋
夏川卓介

『スピノザの診察室』の続編。哲郎は妹の忘れ形見の龍之介を育てるため大学医局を退局した。ある日大学から難しい症例を持ちかけられたが、患者は教授の父親だった。



成瀬は都を駆け抜ける
宮島未奈

成瀬あかりは、京都大学に進学した。彼女は、個性豊かな仲間たちと出会いながら、京都を極めることを目指す。



白鳥とコウモリ
東野圭吾

善良な弁護士白石健介が遺体で見えられた。倉木達郎が自供し、事件は解決したように見えた。しかし……。



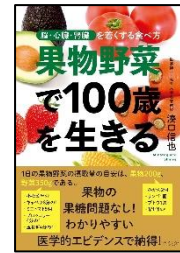
あなたの暮らしが軽やかに変わる
疲れにくいカラダの作り方
野村寿子

「疲れた体を癒す」より「疲れにくい体」をつくるのが新しい健康メソッド。筋肉の無駄遣い(エネルギー浪費)をやめて軽やかな暮らしを始めよう。



心と体がらくになる自律神経の整え方
柿澤健太郎

自律神経に関する医学的知識を基に、誰でもできるストレッチと「選択的理論心理学」によって心と体の両面から自律神経のバランスを整えていく。



脳・心臓・腎臓を若くする食べ方
果物野菜で100歳を生きる
湊口信也

果物と野菜の摂取が動脈硬化を防ぎ、脳心腎疾患のリスクを低下させることを解説している。「減塩」一辺倒ではない予防策は新しい視点である。

オススメの一冊

おいしいごはんが食べられますように

初めはタイトルから和やかで楽しそうな食事の場面やおいしそうなおごはんを想像して手に取りましたが、騙されました。主人公視点でおいしそうに描かれているごはんは出てきません。この作品は、誰も悪くはない、間違っているわけではない、と分かっているながらも受け入れられない人の価値観を食事や仕事、人間関係を通して描かれています。約150ページの小説で読み終えるのはあつという間ですが、とてもリアルな人間の感情が複数の視点から描かれていて、本は薄くてかわいらしいのに内容が濃くて個人的にはもっと分厚い小説を読んでいたような感覚になりました。

読み終えた後、自分の身に起こった出来事ではないのに心に残るモヤモヤを人に話したくなるような作品です。ぜひこの作品を読んで、身近な人と感想を共有し合ってみていただきたいです。身近な人の、思ってもみなかった価値観を知ることができるかもしれません。



(放射線科 森あゆみ)

【お知らせ】

そろそろ梅雨入りも近いようですが、いかがお過ごしでしょうか。当院では、患者さんやご家族の皆様が、ほっと一息つきながら、気軽にお話できる場として「がんピアサロン」を開催しています。日頃感じていることや、不安なこと、ちょっとした出来事など、同じ立場の方同士でゆっくりお話してみませんか。当院のがんピアサロンの特徴はかしこまらず、気楽に、笑いがあり、充実した時間を過ごせることです。予約の必要はなく、ご都合に応じて途中から参加しても、早めにお帰りいただいても結構です。特にご持参頂くものはなく、聞くだけのご参加でも大丈夫ですので、どうぞ安心してお越しください。何かご不明な点がありましたら、がん相談支援センターまでご連絡ください。

がん相談支援センター 古沢 TEL 0242-29-9832