

「肩関節周囲炎」～いわゆる五十肩について～

医療法人 秀英会 新庄整形外科医院
院長 新庄 信英
若松区東二島 4-4-1
電話：791-7111

最近、原因無く肩が痛く、腕が肩の痛みを伴い挙上出来ないとか、重い物を持つと肩が痛いとか、夜間肩がうずく等の症状がありませんか。

このような症状は、いわゆる五十肩の始まりと思われます。その他、腕が後ろに回らない、回すと肩が痛い、物を支える動作が肩に痛みが生じる、何もしていないのに何となく肩が疼く、等の症状も五十肩の可能性にあります。

五十肩とは、肩の関節のなかの腱や靭帯や関節の一部の損傷や癒着にて、肩に炎症が起きて生じます。これらをまとめて大きな意味で「肩関節周囲炎」と言います。

だいたい中年以降の 50 才頃に生じるため、一般に五十肩と言われるようになりました。しかしもっと若い方でもなりますし、もっと高齢の方でもこの病気になります。

肩という関節は、他の関節に比べて可動域が大きく、すなわち動く範囲が大きいため、機械で言うと摩耗が激しく、障害が出やすい関節です。障害が出ると、可動域が狭くなり、すなわち動かせる範囲が狭くなり、本来大きく動かせたぶん、かなりの不自由を感じるようになり、無理に大きく動かそうとすると痛みも生じやすくなります。

痛みのため、動かさなくなると、肩はすぐに錆び付いて、固くなります。この状態を拘縮と言いい、やっかいな状態になります。症状の軽いときは、自然に治ることもあります。

しかし、この病気になったら、拘縮にならないうちに、早期診断早期治療が必要となります。

五十肩の治療は、最初は保存的な治療が原則となります。肩を温めたり、湿布をしたり、拘縮を防ぐ為のリハビリが中心となります。痛みが強い場合は、消炎鎮痛剤を飲んだりもします。

最近では、ヒアルロン酸の関節注射も行います。

五十肩が進行すると、肩に石灰が貯まったりして、激しい痛みが生じることもあり、その場合は、石灰を除去して痛みを鎮めたりもします。

さらに頑固な五十肩には、関節鏡を使った手術で、骨の一部を削ったり、腱を縫ったりする事も、必要となります。

とにかく肩の痛みを、あまり放置しておいてはやっかいなことになります。

五十肩は再発もします。

肩と言う関節は、もろい割に、とても日常生活上重要な関節です。この関節が不自由になると、大変不便です。

肩の調子が悪い時は、すぐに近くの整形外科に相談してください。