

6 江ノ島メディカルモールニュース

<http://www.enoshima-medicalmall.com>

編集・発行 〒221-0051
神奈川県藤沢市鶴沼海岸 1-3-16
医療法人社団快晴会 広報室

肩の痛みは早めの受診を！！



何もしていないのに突然肩が痛くなる、まったく腕が動かさなくなる、夜痛くて目が覚めてしまう…、こんな話、聞いたことありませんか？

それらの多くは《いわゆる五十肩》と言われるものだったりします。『五十肩は放っておけばそのうち治る。』とよく言われますが、痛みを発生させている原因を知る事が大切です。特に五十肩が起こる原因はさまざま、その原因によってはどんどん悪化してしまう事もあるからです。

今回はその中でも突然強い痛みを引き起こす、石灰沈着性腱板炎について取り上げてみました。

🔪 病態

石灰沈着性腱板炎は 40 代から 50 代の女性に多くみられます。肩の周りにある『腱板』という部分に塩基性リン酸カルシウムの沈着物(=石灰)が付着する事を言います。なぜ石灰がたまるのか、体質的なものなのか、

肩や腕の使いすぎによるものなのかきちんとした原因は分かっていないのです。石灰と言っても、最初は濃厚なミルク状で、それが練り歯磨き状になり、石膏状へと硬く変化していきます。一度付着するとその中にどんどんミルク状のものがまた溜まり、膨らんでいきます。これが周りの組織と接触することにより炎症が起こり、また石灰の壁が破れ腱板周囲に漏れ出す時に痛みを生じさせるのです。



🔪 診断

『とにかく痛い。』と顔面蒼白になったり、場合によってはあまりの痛みで救急車を呼ぶ事も。

このような状態で駆け込んで来られる場合が多いです。夜間痛、肩峰(肩の先端の骨)の下の圧痛の有無、そしてレントゲン(肩関節の部分にモヤモヤとした白い影が映ります。)で、確定診断をおこないます。

🔪 治療

急性期では激痛を取るために消炎鎮痛剤の内服やステロイド剤を注射します。家庭では三角巾(バスタオルなどを使用することも出来ます)などで安静を計り、場合によっては患部を冷やします。疼痛が軽減してきたら、温熱療法や運動療法などのリハビリを行います。

肩に痛みを感じたら、自己判断せず、早めに整形外科で診てもらい、適切な治療を受けましょう。



お知らせ

6/18(土)湘南ライフ内科 午前中代診佐藤医師 午後休診

7/9(土)湘南ライフ内科 江ノ島整形外科 午後休診