

みんなの健康ラジオ

『長引く肩の痛み、腱板損傷かもしれません②』

(2021年9月23日放送)

横浜スポーツ医会

(医)健徳会吉田医院

吉田 徳

腱板損傷の画像所見

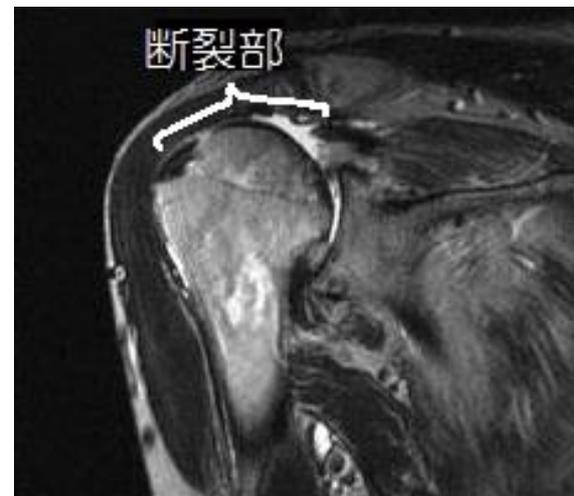
レントゲン画像でどう見える？

- 腱板はスジなのでレントゲンには写らない！！
- レントゲン撮影しても「骨には異常ありませんね」と言われることが多い。
- 腱板は写らないが、レントゲン所見で骨の変形が起きている場合がある。

腱板損傷の画像所見

MRIで何がわかる？

- 腱板のようなスジを診るならMRIが有効。
- 腱板以外に得られる情報量がとても多い
- 予後の予測においても長引く肩の痛みに関しては1度はMRI撮影をしておいたほうが良い。



腱板損傷の治療

- 治療のゴールは、患者さんと医師で決める。
「先生にお任せします」はダメです。
治療した結果、どういった状態になりたいかを患者さんと医師が共有することが大事。
- 絶対に手術しなくてはダメ！！と言うことはない。

腱板損傷の治療

保存的加療（手術しない方法）

- 切れた腱板をくっつける薬、湿布、注射はない。
- リハビリの目的は腱板をくっつけることではなく、腱板とアウターマッスルのバランスを改善し、損傷の悪化を防ぎ、痛みを緩和すること。
- 薬（内服、外用薬）は腱板をくっつけることはできないが、痛みを抑えることはできる。
- 損傷部位に炎症を抑えるステロイドという薬を注入する注射は、除痛効果が高い治療方法である。
- 生活指導；「痛みが少ない範囲で動かして、通常の日常生活を送ってください」。

腱板損傷の治療

手術という選択肢

- 腱板損傷部分を骨に縫い付けるのが手術。
- 根本的に治す方法と言えるが、絶対に手術をしなければならぬということではない。
- 手術の決定は患者さんと医師とが治療のゴールを決めたうえで決めていくもの。
- 早期回復を希望、肩関節を酷使する職業に従事、治療経過が長い、痛みのきっかけが外傷性である、といった場合は手術を勧めるケースが多い。