



整形外科新シリーズ

第4回

北アルプス医療センターあづみ病院 整形外科医長
肩関節治療センター 松葉 友幸

腱板断裂とは???

「近所さんが肩のスジが切れて手術をしたらしい。リハビリが大変らしい。痛いらしい。腱板断裂というらしいなどよく聞かもしれません。」

●腱板とは?

人間の腕は体の横に張り出すようにしており、重力で下に引つ張られているので不安定な状態です。それを肩の受け皿(関節窩)を支点として上や横に動かすためには体の方に引き付けて安定化しなければいけません。その役割を担っているのが腱板です。

腱板に腕を動かす作用もありますが、主に動かす筋肉は三角筋、大胸筋、広背筋などの体の表層にある大きな筋肉です。



腱板は体と腕をつなぐようになっています。体側は肩甲骨から始まり、腕の方は前上、後ろを包み込むようになっています。体側は4つの筋肉から成り立っていますが、腕に着くところは一体化し線維状の腱組織になっています。

●腱板断裂とは?

腱板に穴が開いて切れてしまうことです。原因は加齢による変性と外傷(打撲や重いものを持つなど)の合わせ技とされています。例えば骨折と同じで、20〜50歳であれば交通事故や高所からの転落など、すぐく強い力がなければ切れることはありませんが、70〜80歳になると長年使っている腱は傷んで来ているので軽くぶついただけでも切れますし、知らない間に切れていることもあります。

●症状

教科書を見ると、夜間の痛み、運動時の痛み、筋力低下と書いてあります。しかし、それらは他の肩の病気でも良く見られます。僕が診察していて腱板断裂かもしれないと

思う訴えは、肩より上に手を挙げて作業をしていると重くなってくる、何度も上げ下げしていると挙げられなくなる、食卓の上の物に手を伸ばそうとしてもすぐに手が出ないなどです。肩の動きが良いのに力が入りにくい、挙げたり降ろしたりする時の途中が引つかかるように痛いとは腱板断裂の可能性が高いです。

●別の病気の可能性

他に考えないといけない原因は首の神経由来の病気です。腕を挙上したり、手を使うなどの指令を出しているのは頭の中の脳です。脳から大きな神経が首、背中、腰の骨の中を通り、それぞれの筋肉まで達して動かしています。肩を動かす神経は首を通っているのです。首が障害されると腕が上がらなくなります。その典型的な症状は首を後ろに曲げると電流が走るような痛みが肩から指先まで帯状に走ります。また肩を挙げる筋肉と肘を曲げる筋肉は同じ神経なので、肘を曲げる筋力も一緒に弱くなります。そのような場合は肩ではなく首の治療を行います。