



当院における来院理由となる症状の第6位となつた『肩関節周囲炎』についてお話したいと思います。

### 《肩関節周囲炎》

『肩関節周囲炎』とは、一般的に四十肩・五十肩とも呼ばれ、主に壮年期以降に肩関節の痛みと運動障害を伴う病気の総称です。肩関節とその周辺組織の退行変性(加齢による筋力の低下と衰え)による炎症が原因と考えられています。

症状としては、急性期では、安静時の疼痛や運動時の激痛を感じ、特に夜間痛が激しく、睡眠障害なども生じることがあります。慢性期では、炎症がおさまり、安静時の疼痛は消失し運動時の痛みは軽くなりますが、運動制限(可動域制限)が顕著になります。特に、腕を上にあげたり、手を後ろに回すことができにくくなり、日常生活に支障をきたします。

治療を怠ると、治癒までに長期間を要し、後遺症(肩が固まって機能障害を残したまま回復しない状態)が残る場合もあります。早期診断・早期治療が大切です。



### 《肩関節周囲炎の治療法》

**急性期**→安静とアイシング、早期治療(①、②)が大事。

**慢性期**→運動と保温、長期的治療(①～⑤)が大事。

#### ① 薬物療法

炎症や痛みを抑える消炎鎮痛剤や抗炎症薬、筋肉の緊張を和らげる筋弛緩薬、末梢神経の働きを正常にする末梢循環改善剤、湿布や塗り薬などを処方します。

#### ② 神経ブロック療法他

##### ★肩甲上神経ブロック、トリガーポイント注射

肩の痛みがある部位に局所麻酔薬を注射することにより、痛みの悪循環を改善します。硬膜外ブロックや星状神経節ブロックとは違い、比較的浅い神経に注射するため、通常の予防注射などと同様に気軽に受けて頂くことが可能です。

##### ★肩関節内注射

肩関節内に炎症を抑える副腎皮質ホルモンと局所麻酔薬の混合液、又は、ヒアルロン酸ナトリウムを注射し、疼痛を和らげます。

#### ③ 理学療法

キセノン光による温熱療法、肩関節の圧痛点・経穴にレーザー照射や SSP(針治療と同様効果)、高周波(筋肉収縮)など。

#### ④ 徒手療法

肩関節矯正の AKA 療法、生体の流れを正常にする遠絡療法などの東洋医学も効果的。

#### ⑤ 運動療法他

肩関節の可動域改善訓練や肩の体操(ダンベル体操)、入浴中・入浴直後の運動、肩の保温(サポーター等)が有効。

ご希望・お問い合わせの方は、医師・スタッフまでお申し付け下さい。

～かわたペインクリニック～

**痛みの診療所** ペインクリニック

なぜ痛いのかわからない、原因はわかっているが痛みで困っている。そんな方は、痛みを治療する専門の診療所ペインクリニックへご相談ください。

**かわたペインクリニック**  
 ペインクリニック(痛みの治療)・内科・リハビリテーション科  
 〒631-0036 奈良市学園北1-9-1 パラディII5F  
**TEL.0742-53-1155 FAX.0742-53-1001**  
<http://www.kawata-cl.jp>

