

Social medical corporation hokuto

★広報誌★

# ほくと7

seven

114

VOL.

2023.9

<http://www.hokuto7.or.jp>

友だち募集中!



友だち追加は  
こちらから!

五十肩以外の肩関節疾患

## 腱板断裂

特集

# 肩

Shoulder joint Center

# 関節センター

## 02 | HOKUTO EVENT

## 地域交流



## 北斗30周年の年に十勝川イカダ下り大会に出場！

脳神経内科 医師 / 佐藤 拓真

今年度から、北斗病院に脳神経内科医として勤務している佐藤拓真です。まだ帯広に来て日は浅いですが、十勝の自然に感動し、この度十勝川イカダ下り大会に参加いたしました。十勝川イカダ下り大会は、地域住民に川の保全と管理の重要性を知ってもらおうイベントとして毎年開催されており、50艇ほどが参加しています。

6月にイベントを知った私は、当直で親しくなった研修医と協力してイカダ下り大会に出ることにしました。イカダのデザインは私の独断でアニメ『機動戦士ガンダム』のホワイトベースをモチーフにし、終業後深夜まで作業を行い、なかなかタイトな準備期間でした。はじめは少人数の思いつきでしたが、上司である金藤先生、リハビリのスタッフや、帯広でできた友人たちの協力でなんとか完成させることができました。大会当日はデザインで1等賞をいただきました。

奇しくも、本年は十勝川治水100年という重要な年で、また北斗病院も開院30年という節目の年を迎えています。このような年に、帯広に来て親しくなった多くの方々と、イカダ下り大会に参加できたことを本当にうれしく思っています。

# 五十肩以外の肩関節疾患 腱板断裂



肩関節センター センター長  
**木村 明彦**

日本専門医認定機構認定  
整形外科専門医  
整形外科指導医

近所の身近な人に聞いたたら、『それは五十肩だよ。ほっときゃそのうち自然に治るよ』とか『腕が自力で持ち上げられるなら腱板は切れてないよ』などと言われる機会が多くないでしょうか？ 外来診療中に我々整形外科医が良く耳にする患者さんからの言葉です。しかしながらMRI検査などもしていないので全く根拠がなく、責任も無い発言であり、肩関節業界の都市伝説的な話です。もちろん経験

豊富な整形外科医や肩関節専門医なら、精密検査前にも経験的に診断できることもあります。それでは逆に中高年層に多い五十肩以外の肩関節疾患病名、皆さんご存知ですか？

- 腱板断裂
- 腱板部分損傷
- (インピンジメント症候群)
- 腱板断裂症性変形性肩関節症
- 変形性肩関節症
- 石灰沈着性腱板炎
- リウマチ性肩関節炎
- 鑑別診断として頸椎疾患

右記の病名では、肩が痛く可動域制限を生じたりして五十肩と同様な症状を呈します。腱板断裂などは知らずに放置すると病状が悪化して修復できなくなることもあります。したがって早期に正確な診断をすることが最も重要であり、その上でどのような治療法で経過観察をしていくのかを決める必要があります。

基本的な肩関節疾患に対する医学的アプローチは、次を参考

にして総合的に診断します。

- 主訴および病歴 痛み？ 脱力感？ 夜間痛？ いつ頃から？ 外傷があったか？
- 日常的な背景 年齢、職業、スポーツ歴など
- 画像所見…レントゲン 骨の状態（骨棘形成、変形、骨折、石灰沈着）
- 画像所見…MRIまたはエコー 腱板、関節唇損傷、ガングリオン、炎症による水腫、筋肉の状態
- 理学所見 可動域（動かせる範囲）、筋力低下や筋萎縮、知覚障害（しびれや感覚鈍麻）

これらの過程を経て、他の病変、病態が無いことが明らかになった場合、初めて根拠がある五十肩すなわち「自然発生的に生じる肩関節周囲炎により痛みと可動域制限を伴った状態」と診断できるのです。

五十肩に似た症状を呈する代表として腱板の障害についてご紹介いたします。



## 講演会のお知らせ

## 肩関節センター / 整形外科

### \* 腱板断裂、腱板部分断裂(インピンジメント症候群)

#### ■ 解剖学的構造

上腕骨頭は腱板という板状の腱によってその周囲を全体的に包まれた構造になっています。腱板は、肩甲下筋腱、棘上筋腱、棘下筋腱、小円筋腱の4つの板状の腱で構成されており、そのうち傷めやすい腱は、上方の棘上筋腱と前方の肩甲下筋腱です。腕を動かすということは、表層の三角筋と内層の腱板の共同作業によって行われています。肩の構造の特徴は、肩甲骨から上腕骨頭の上に**肩峰**(図①)、上腕骨頭の前方に**烏口突起**(図②)がありその両者を橋渡しする**烏口肩峰靭帯**(図③)があり、**腱板**(図④)の上に屋根のような構造を形成しており、腕を動かす際には無意識のうちに屋根と腱板には擦れが生じます。人生半ばまで半世紀近く繰り返し擦れてくると、腱



板も脆弱になって徐々に強度が低下してきます。厄介なことに屋根側も烏口肩峰靭帯に牽引されるように肩峰に骨棘が徐々に形成され、腱板にとっては天井が低くなった状態となり益々擦れる機会が多くなり、その結果、擦れの機械的刺激により炎症が生じ、腱板に傷がつき更には断裂に至ってきます。

#### ■ 断裂原因

純粹な外傷による**外傷性断裂**と屋根との擦れにより徐々に切れてくる**変性断裂**があります。加齢により腱板が脆弱になっていると軽微な外傷(転んで手をついた、重いものを持った、作業中にちよつと捻ったなど)で切れてしまう混合型が最も多いです。

#### ■ インピンジメント症候群

『インピンジメント』とは衝突する、という意味で、腱板附着部が肩峰ないし烏口肩峰靭帯と擦れることにより、腕を90度位持ち上げたりそこで

捻ったりすると引つかかるような痛みを感じるようになり、腱板の表層に不整や炎症による水腫(いわゆる水が貯まる)を生じて痛みを発生します。肩峰に骨棘が形成された状態になると、衝突により腱板部分損傷を合併していることも少なくありません。

#### ■ 腱板断裂のサイズ

腱板断裂断端部の大きさにより、小(1cm未満)、中(2cm未満)、大(3cm未満)、更に複数の腱板に断裂部が広がった広範囲断裂があります。断裂した腱も屋根の骨と擦れ続けるので時間の経過とともに徐々にサイズが大きくなってしまいます。大断裂以上になると腱板の可動性が悪くなり修復が十分にできなくなることもあります。

#### ■ 保存療法

手術以外の治療では、ブロック注射、リハビリなどで疼痛や筋力低下を軽減して、それなりに症状が治まった状態で機能が保てればそのままお付き合いする方法もあります。しかしながら断裂そのものは自然治癒することは無いと言われており、時間の経過とともに断裂部が拡大し、

# 五十肩以外の肩関節疾患 腱板断裂

〈鏡視下腱板修復術の様子〉



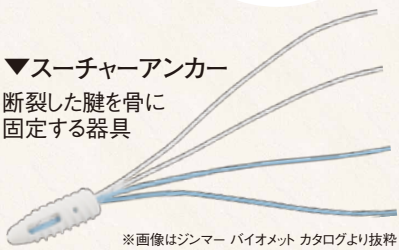
▲手術前

▶切開箇所  
1cm程度の  
切開を5箇所に行う



▼スーチャーアンカー

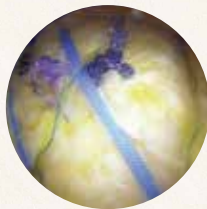
断裂した腱を骨に  
固定する器具



※画像はジマー バイオメット カタログより抜粋



腱板断端に  
糸を通す

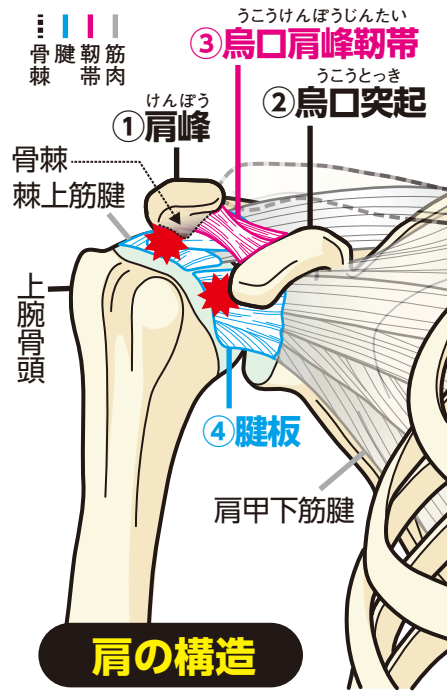


上記器具により  
腱板と骨を固定した様子

■手術方法  
全身麻酔下で関節鏡という内視鏡を使用した手術で行う**鏡視下腱板修復術**が主流となっています。皮膚切開は約1cmの小切開5か所（場合により+α）で大きく切り開くことはありません。周囲の筋肉などへの影響

術直後に腱はスーチャーアンカーの糸によって固定されますが、縫合した腱が骨とすぐに繋がるわけではありません。骨と腱がある程度の強度が出てくるのに約3か月かかると言われています。したがって術直後に再断裂を予防するために外転装具

後に修復が困難になってしまいうケースもありません。高齢者や合併症の問題で麻酔などに不安がある場合はまずは保存療法が第一選択となります。



## 肩の構造

術後リハビリ  
頭部の骨にスーチャーアンカーという固定器具を使用して逢着するものです。

が少ない低侵襲の手術になります。関節内をカメラで観察し炎症組織などをクリーニングし、肩峰の骨棘を切除し、天井を高くして術後の腱板の通過性を良くしておきます。その後断裂した腱を骨

（肘の下に枕がついた装具）を約1か月使用します。術後のリハビリは肘や手を含めた上肢可動域訓練は術後早期に開始になりますが、最初から痛み無く肩がすいすい動くということはありません。術後には必ず肩の可動域制限が生じるので、それを徐々にリハビリで改善していくことになります。軽作業に支障が無くなるのに2か月、重労働への完全復帰には4〜6か月の期間が必要になります。

今回は腱板断裂についてご紹介しました。腱板断裂を五十肩と思いついで見過ごすと後に修復ができなくなり、10年以上も経過すると腕が自力で持ち上げられなくなってしまう方もいらっしゃいます。その場合にはリバーstype人工関節という特殊型の人工関節に至ってしまうケースもあります。保存療法にするか手術療法にするか、治療を選択するのは患者さまの生活様式と意志などにもよりますが、ご自身の正確な病態を把握したうえで判断することが極めて重要だと考えています。

（肘の下に枕がついた装具）を約1か月使用します。術後のリハビリは肘や手を含めた上肢可動域訓練は術後早期に開始になりますが、最初から痛み無く肩がすいすい動くということはありません。術後には必ず肩の可動域制限が生じるので、それを徐々にリハビリで改善していくことになります。軽作業に支障が無くなるのに2か月、重労働への完全復帰には4〜6か月の期間が必要になります。



外転装具



（左から）井出副理事長と齋藤社長

「これからも運転したい」その気持ちを応援します！

臨床心理科副科長 公認心理師 齋藤 匠真

「脳卒中」になることで身体機能だけではなく、注意力や判断能力が低下してしまう可能性があることをご存じでしょうか？これらの能力の低下は自動車の安全な運転に影響を与える場合があります。主な移動手段が自動車である十勝地方では、運転ができないことは日常生活における自由な移動に大きな制限となる場合があります。

「脳卒中」になること  
で身体機能だけではなく、  
注意力や判断能力が低下  
してしまう可能性がある  
ことをご存じでしょうか？  
これらの能力の低下  
は自動車の安全な運転に  
影響を与える場合があり  
ます。主な移動手段が自  
動車である十勝地方では、  
運転ができないことは日  
常生活における自由な移  
動に大きな制限となる場  
合があります。

の確認や、ドライブレコーダーなどを用いた運転能力の確認を基に医師が総合的に運転の可否について判断を行って

2023年7月6日(木)に当法人と帯広自動車学校にて自動車運転に関する包括連携協定を結びました。これからも関係者が協力し合いながら、患者さまの安全運転の獲得に向けて取り組んでまいります。

北斗福祉村の取り組み

老健かけはし 自立支援事業部 園芸療法士 中野麻衣子

北斗福祉村にある星の庭は、地域共生社会の実現に向けて、帯広市と「協働のまちづくりに関する包括連携協定」を結び、星の庭での活動を通じて地域交流、多世代交流の促進や健康予防・維持・促進を目指した取り組みを進めています。

北斗福祉村が目指す



完成予想図(イメージです)

「新たなコミュニティづくり」の一步として、この10月、星の庭の西側に「地域交流スペース」が完成します。約200平方メートルの平屋建てで、図書コーナー、サンルーム、開放的なテラスやキッチンスペースが完備され、収穫した野菜で調理したり、植物を使ってクラフト作りをしたり、施設関係者だけではなく地域住民の皆さんと四季を通じた活動を予定しています。

交流スペースは小さな活動からのスタートになるかと思いますが、皆さんからアイデアを頂きながら、様々な交流活動を企画しコミュニティの輪を創っていきたいと思っています。これからもワクワクするような活動を色々と発信していきますので、ぜひ楽しみにしててください。

24時間365日体制で、スムーズな救急患者の受け入れを目指します

北斗の救急ホットライン

2023.7.24 開始!!

脳外科

北斗では関係医療機関や消防局救急隊から当院の医師へ直接電話をつなぐ「ホットライン」を開設しています。

循環器

Hokutoの

# 地域交流活動

report 1

活動制限が解除されて、いつもの日常が戻りつつある中、感染対策に留意しながら地域との交流も活発になってきました。そんな活動の一部を写真で紹介します！

帯広北高校の生徒さんによるボランティア活動の毎年恒例です！



6/15 木曜日 北斗病院 駐車場にある花壇をキレイにしてくれました！

豊成小学校 4年生の皆さんが施設見学に来てくれました



6/20 火曜日 感染対策科の吉田科長がナビゲート



リハビリテーション部小岩副部長質問もたくさんしてくれて嬉しい！！

スタッフのみんな！来年度の参加者募集中ですよ！



第51回 十勝川イカダ下り 初出場にて1等賞の栄誉に輝きました！！



7/16 日曜日 金藤先生とみんないい笑顔♡

井出院長 マスク越しでもわかるニコニコ顔です♡

初開催！ 星の庭花まつり2023 7/4(火)~8(土)



7/4 火曜日 園芸療法で作ったハンギングバスケット



7/5 水曜日 ワークショップ「フレッシュラバンダーのガーケイ作り」

十勝リハビリテーションセンターの先進性を視察するため訪問団が来院しました

ウズルキスタンから！



7/26 水曜日 ReoGoを体験の真剣な表情です！



歩行支援ロボット TOYOTA Welwalk-2000



医療情報を持ち歩く時代へ。  
**北斗ではじめませんか**

2023年9月15日発行

発行: 社会医療法人 北斗  
 発行人: 鎌田 一

責任者: 久保田 亨  
 編集長: 伊藤 慎



社会医療法人 **北斗**  
 Social medical corporation

**無料Wi-Fiご利用いただけます**

- 関連施設
- 北斗病院.....(帯広市) 認知症対応型共同生活介護グループホーム あおぞら (帯広市)
  - 北斗クリニック.....(帯広市) 上士幌クリニック/介護老人保健施設かみしほろ (上士幌町)
  - 十勝リハビリテーションセンター.....(帯広市) 新得クリニック.....(新得町)
  - サービス付き高齢者向け住宅 あやとり.....(帯広市) 熊谷総合病院.....(埼玉県熊谷市)
  - 十勝自立支援センター介護老人保健施設 かけはし (帯広市) HOKUTO画像診断センター.....(ロシア・ウラジオストク)
  - ほくと自立支援ホーム/カンタキあおぞら.....(帯広市) HOKUTOリハビリテーションセンター (ロシア・ウラジオストク)

すべてのお問い合わせ ☎0155-48-8000〈北斗コールセンター〉