

こちら 子どもスポーツ診療室



ラグビーやバスケットボール、野球などに取り組む中高生に多いけがの一つに「肩関節脱臼」がある。発育段階にある子どもは脱臼した肩を自分で直してしまふこともあるが、最初にきちんと治療しないままでは脱臼癖が付き、手術が必要になるケースも少なくない。徳島大学大学院脊髄関節機能再建外科の福田昇司准教授に、肩関節脱臼の症状や治療法などについて聞いた。



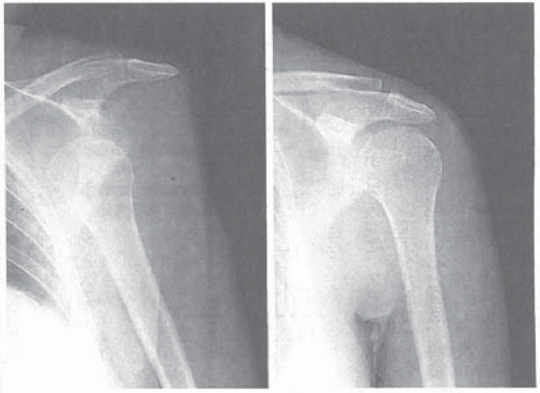
福田昇司准教授

胴体と四肢をつなぐ肩関節と股関節は、その構造が大きく異なる。両足が体重をしっかりと支えられるよう股関節は、深く安定した骨の造りになっている。一方で、肩関節は骨同士が浅い部分でつながり、その安定性を高めているのは、関節の周囲にある「関節唇」という軟骨や靭帯といった軟部組織。言い換えれば、安定性のある程度犠牲にする「骨頭」を指し、ソケットは肩甲骨の「関節窩」のこ

このため、肩関節は脱臼しやすく、全ての外傷性脱臼の約半数を占めるとされ

肩関節脱臼

3週間は固定が必要



脱臼した10代男性の右肩の엑스線写真と整復後（徳島大提供）

とを言う。脱臼した際には、その衝撃で関節窩から関節唇が剥がれたり（バンカート病変）、骨頭が削れたり（ヒル・サックス病変）する病変が現れる。初回脱臼の際に適切な治療を行わず、2回、3回と繰り返してしまうと、これらの病変が次第に大きくなって脱臼癖が付き、日常生活のちょっとした動作でも肩が抜けてしまうほど悪化することがある。初めて脱臼した時の年齢が若いほど再脱臼しやすく、特にスポーツに取り組み子どもは初期にしっかりと治療しないと、80%以上が再脱臼するというデータもある。福田准教授は「脱臼を繰り返すと軟骨が傷み、脱臼が整復されても痛みが残るようになります。大人になつて脱臼癖が治ったようにみえても、壮年期に変形性関節症による症状が現れたりすることもあります」と注意を促す。脱臼の初期治療は保存療法が中心となる。装具によ



野球のタイムピッチャーは、軽い衝撃でも肩の骨が抜けることがある。

イラスト・伊藤 司郎

る肩関節の固定を、少なくとも3週間は続ける必要がある。関節の組織が元通りになるまで3カ月間はかかると思われるが、その期間はしっかりとスポーツを休むことが重要だ。初期に適切な治療を行わず、脱臼を繰り返す「反復性脱臼」になってしまうと、そのほとんどが手術の対象となる。手術は、関節窩から剥がれた関節唇を再びつなぎ合わせる事が基本。しかし、スポーツに完全復帰するためには、リハビリを含めて半年間は必要になるという。

福田准教授は「脱臼は初回にしっかりと治療し、再発させないようにすることが非常に重要。長期的にスポーツに取り組むためにも、肩に異常を感じたときには整形外科を受診してほしい」と呼び掛けている。（萬木竜一郎）