

肩の痛みは炎症、引っかかりが原因 痛みが続く時には相談を



医療法人社団我汝会
えにわ病院
整形外科部長
竹内裕介

肩の痛みには大まかに分けて2つの種類があります。

1つ目は炎症からの痛み、2つ目は引っかかる痛みです。

安静にしてもズキズキしたり、夜中に目が覚めるような時は炎症の痛みです。原因はただの使い過ぎの事もありますが、動かし方が悪いから起きる事が多いです。使い過ぎの炎症は安静でよくなりますが、動かし方が悪くて起きる炎症はなかなか改善せず、繰り返したりします。

当院では痛みの治療と動きの改善を指導していきます。痛みにはステロイドとヒアルロン酸の関節内注射がよく効き、動きにはリハビリが効果的です。

引っかかりによるものは安静にしている時は痛くないのですが、動かしたときに痛みを感じます。動かし方が悪くて骨や軟部組織がぶつかっている場合もありますが、腱板が切れてまくれて引っかかっていることも多いです。腱板が切れている場合はまくれた腱がこすれているので断裂が広がります。ひどくないためにも、早いうちに手術が必要になる可能性が高いです。当院では関節鏡を使って腱板修復術を行っています。