

なかなか良くならない四十肩・五十肩(凍結肩)で お困りの方へ

とちぎスポーツ整形外科クリニック



・凍結肩(とうけつかた)とは・・・？

- ✓ 四十肩・五十肩の事をさし、肩関節の**強い痛みと硬さ**が特徴です。
- ✓ 原因は、肩関節に炎症が生じることにあります。
- ✓ 特に肩関節が動きが悪くなる状態を**重度凍結肩**と呼びます。



・凍結肩(とうけつかた)の自然経過は・・・？

炎症期と**拘縮期**と**回復期**の3段階で進んでいきます。

- ① **炎症期**・・・耐え難い痛みで肩が動かせません。夜の痛み・何もしなくても痛いのが特徴的です。
- ② **拘縮期**・・・痛みは消えますが、肩が動かなくなります。
- ③ **回復期**・・・徐々に肩関節の可動域が改善していきます。

自然回復するまでに**数か月から数年間**かかります。

・凍結肩(とうけつかた)の治療は・・・？

一般的には安静、鎮痛薬の内服、痛み止めの注射、リハビリ治療になります。



しかし、一般的な治療を続けても症状は変わらず、日常生活や仕事に非常に支障が出ている方も多いかと思います。

少しでも症状の改善を早めるための治療として

当院では凍結肩でお困りの方に**外来において**
頸椎神経根ブロック下に肩関節授動術を行っています。
(保険診療による治療になります)

・治療の流れ

※肩関節授動術の治療は基本的に**1度のみ**行います。

- ① **痛みのある肩の麻酔(頸椎神経根ブロック)**を行います(超音波で安全に行います)。
- ② **麻酔後に約20分待ち**、麻酔が効いていることを確認して、肩をゆっくりと動かして行きます。
※麻酔の影響で声のかすれ、気分不快、顔のしびれ感、息苦しさ、口渇、眠気などが生じることがありますが、いずれも安静にしていると改善します。
- ③ 肩を動かした時に**パリパリと関節包が剥がれる音**がします(剥がれる音は心配ありません)。
- ④ 治療後は**三角巾で腕を吊るして帰宅**してもらいます(麻酔は約8時間ほど効きます)。
※帰宅時の車の運転は止めてもらっています。
- ⑤ 治療当日は自宅安静にしてもらい、翌日からは**痛みに応じて通常の生活**をしてもらっています。
- ⑥ リハビリに来られる患者さんには翌日以降にリハビリに来てもらっています。



肩の麻酔



肩をゆっくりと動かして行きます。



この治療の利点は、肩の痛みと硬さの改善が早期に得られることになります。

ご不明な点などは外来でご質問下さい。