

# 変形性肩関節症 Shoulder osteoarthritis

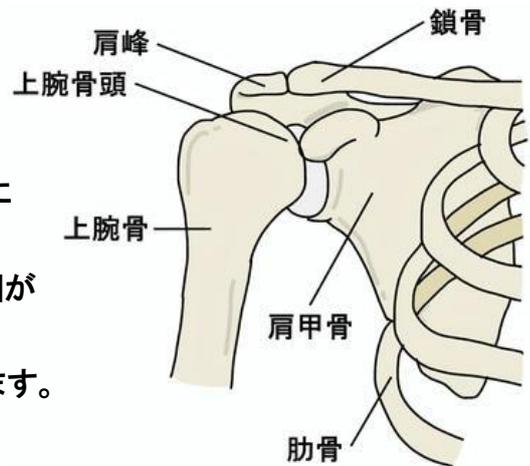
## ? 肩関節とは

肩関節は、肩甲骨と上腕骨頭より構成され『肩甲上腕関節』とも呼ばれます。

これらの骨の表面には軟骨で覆われており、骨同士がぶつからないようにするクッションの役割と関節をスムーズに動かすための役割を担っています。

肩甲上腕関節は球体の関節であり、他の関節よりも動く範囲が広く、多方向への動きが可能な関節です。

その反面、脱臼もしやすい非常に不安定な関節となっています。



## ? 変形性肩関節症とは

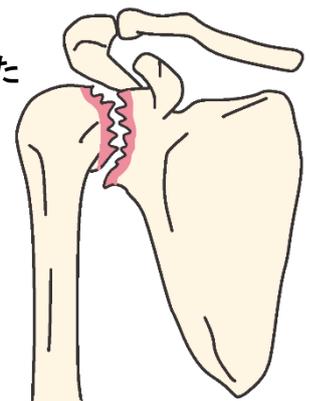
上腕骨と上腕骨頭の軟骨(肩甲上腕関節)がすり減り、関節が変形してしまった状態のことを変形性肩関節症といいます。

原因は、加齢によるものと肩の腱板断裂、関節リウマチ、上腕骨頭壊死、上腕骨骨頭近くの骨折など外傷性のものがあります。

膝や股の関節などの体重がかかる関節に比べて、肩の関節は体重がかからないため関節に負担がかかりにくい、骨だけではなく周りにある筋肉や靭帯、腱などによって動きがサポートされているためストレスが加わりにくい構造となっています。

そのため、肩関節は他の関節より変形する発生頻度が少ないと考えられています。

しかし、動きの大きな関節であるため、変形が生じた際には動きの制限が出やすい特徴があります。



## 症状

- ・肩関節の痛み(肩関節やその周囲での慢性的な痛み)
- ・肩関節の腫れ
- ・肩の動かしにくさ、動きの制限がある(腕が挙げれなくなる、腕を回せない)
- ・肩を動かしたときに、痛みを伴ってゴリゴリとした音になる



# 診断

## ▶ 診察

肩関節周囲の痛みや腫れの有無、動かせる範囲、スポーツや仕事での肩への負担の有無、病歴などを確認します。

## ▶ レントゲン検査

レントゲン検査では軟骨は見えないため、上腕骨頭と関節窩との隙間が狭くなっているか、骨のトゲ（骨棘）の有無、肩甲骨や上腕骨頭の変形の有無を確認します。

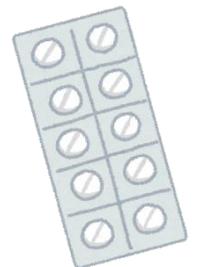
# 治療

## 保存療法

治療はまず保存療法がおこなわれます。

### ▶ 飲み薬や湿布

非ステロイド系抗炎症剤などが処方されます。  
また、皮膚の問題がない場合、消炎鎮痛剤を含み除痛効果を有する湿布剤が使用されています。



### ▶ 関節内注射

痛みが強い場合は、ヒアルロン酸やステロイドの関節注射を行います。  
ヒアルロン酸は軟骨の成分でもあり潤滑剤の役割を持っています。  
関節内に注入することで関節の表面をなめらかにし、関節の衝撃を和らげる作用があります。  
ステロイドは、強い炎症を抑える作用があり、関節に起きた炎症を抑え痛みを軽減させることができます。  
しかし、ステロイドは副作用などから非常に扱いが複雑な薬であるためヒアルロン酸注射ほど推奨はしていません。

### ▶ リハビリ

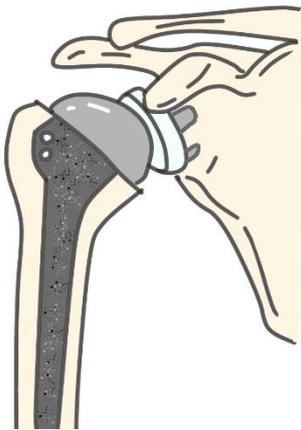
運動療法(リハビリテーション)で肩関節の可動域の改善を図ることもあります。

## 手術療法

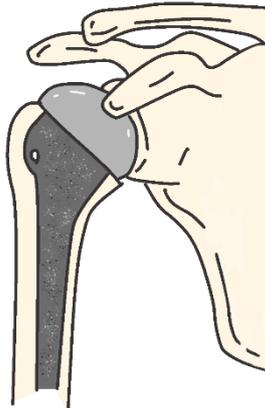
保存療法を行っても痛みが強かったり、肩の動きの制限が大きく生活に支障をきたすようであれば手術が検討されます。

手術では人工関節手術が行われますが、患者様の骨や筋肉の状態によって以下の3つが選択されます。

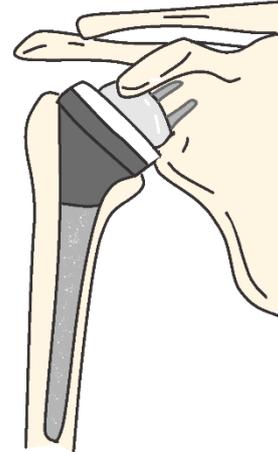
- ① 人工肩関節置換：肩甲骨と上腕骨頭の両方を人工物に置換する手術
- ② 人工骨頭置換：上腕骨頭のみ人工物に置換する手術
- ③ リバース型人工関節置換：肩甲骨と上腕骨頭の解剖学的形状を反転させて人工物に置換する手術



人工肩関節置換術



人工骨頭置換術



リバース型人工関節置換術