

## 肩関節運動機能と ADL – 腱板断裂における代償のメカニズム –

第一岡本病院 三浦雄一郎

腱板は棘上筋、棘下筋、小円筋、肩甲下筋の停止部で薄い腱状の組織で上腕骨頭を覆っている。これらの筋はインナーマッスルと呼ばれており、構造的に不安定である肩関節の安定化に作用している。腱板断裂は外傷や過用などで腱板が断裂することであり、肩関節可動域制限や疼痛が生じることで日常生活に支障をきたすといわれている。一般的には断裂した腱板を修復する手術が施行されるが、高齢や内科的問題などによって手術が適応されないことがある。このような場合、保存療法の一つである運動療法を処方されることがあるが、その効果については十分な報告がなされていないのが現状である。われわれは昨年の一泊研修会で当院にて実施した肩関節疾患患者に対する肩関節治療成績判定結果を基にして1) 高い所に手が届く、2) 引き戸の開閉、3) 患側を下にして寝る の上位 3 つの動作に着目しました。先ず、これらの動作に関連する基本動作について考えました。1) 高い所に手が届く では上肢挙上（肩関節屈曲と外転運動）であり、2) 引き戸の開閉、3) 患側を下にして寝る では肩関節水平内外転運動になります。これらの基本動作における健常者の正常メカニズムについて言及いたしました。

今回、手術が適応できなかった腱板断裂を対象とし、①正常メカニズムとの相違、②腱板断裂があるにもかかわらず運動機能が改善するとはいかなるものか？ ③代償的なメカニズムを構築するための運動療法の提案 について実際の臨床データを基に講義いたします。