

# 肩腱板断裂Q & A

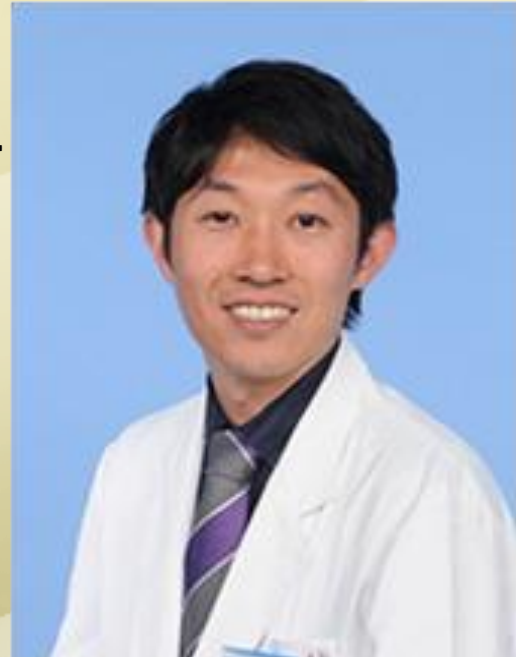
「肩を動かすと痛い」  
「肩が痛くて眠れない」

とお困りの患者様がいらっしゃいましたら  
ご案内いただけると幸いです。

札幌里塚病院 整形外科  
芝山 雄二

- 2006年 札幌医科大学卒業
- 2008年 札幌医科大学整形外科学講座
- 2018年 札幌医科大学整形外科学講座 助教
- 2024年 麻生整形外科病院, 札幌里塚病院 整形外科

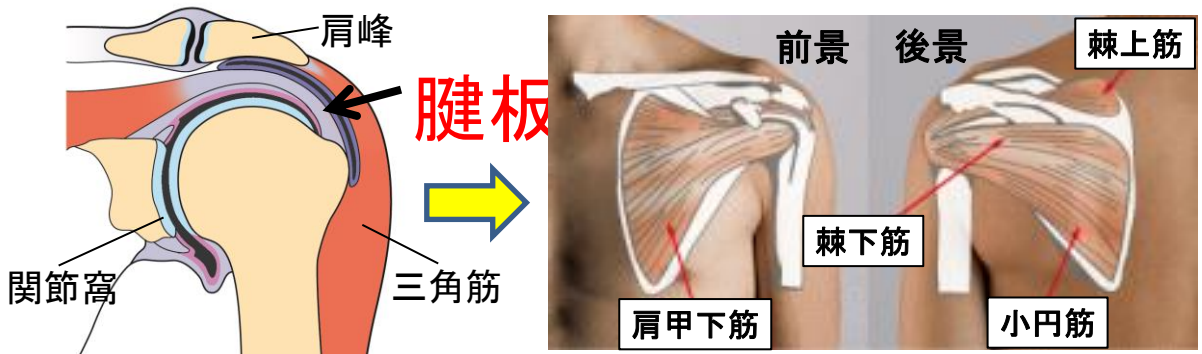
日本整形外科学会認定整形外科専門医  
日本スポーツ協会認定スポーツドクター  
北海道肩研究会幹事  
日本肩関節学会代議員



# けん ばん 肩 腱 板 断 裂 Q&A

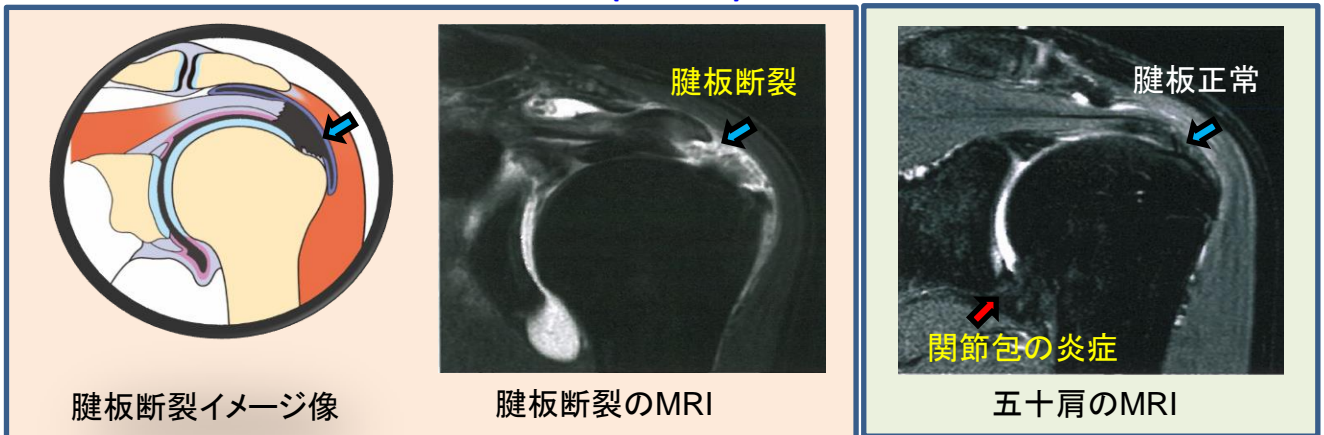
## Q1. 腱板って何？

➤ 腱板は腕の骨(上腕骨)と肩甲骨をつなぐ板状の腱で、腕を上げたり下げたりするときに、「**肩を安定させる**」働きと、「**肩をひねる**」働きがあります。



## Q2. 腱板断裂と五十肩は何が違うの？

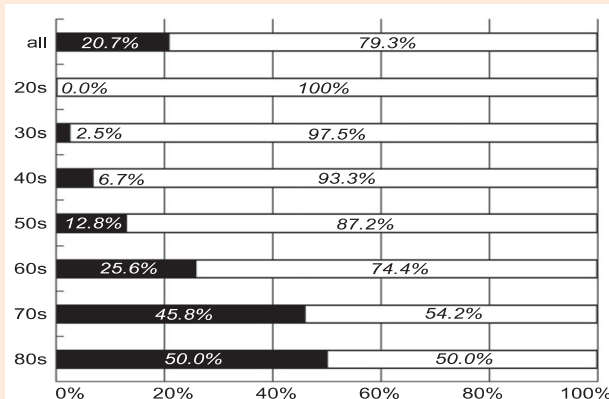
- 腱板断裂は棘上筋腱などの「**腱実質の断裂**」
- 五十肩は「**関節の袋(関節包)の炎症**」



## Q3. 腱板断裂はすぐ手術が必要ななの？

➤ 腱板断裂があるからといって、すべてが手術の対象になるわけではありません。  
投薬や注射、リハビリなどの適切な保存療法を継続しても痛みが改善しない場合に手術治療が選択されます。

年齢



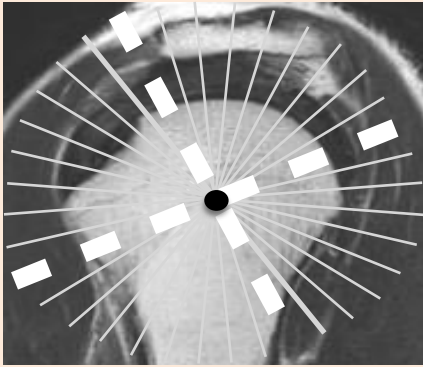
腱板断裂の割合

- 腱板断裂は頻度が高い疾患です。
  - 50代の10人に1人
  - 60代の4人に1人
  - 70代の2人に1人 が腱板断裂
- 腱板断裂の半数以上は無症状です。
  - 腱板断裂の65%が無症状

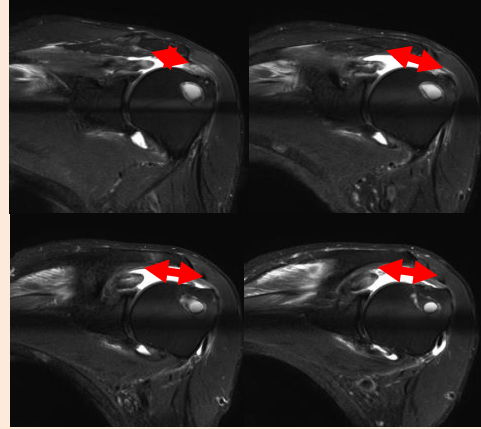
## Q4. どうやって診断しているの？

- 「MRI」が最重要です。私はMRIにおける診断法の研究をしており、「放射状MRI」という特殊な撮像方法を当院にも取り入れております。この撮像方法により、「正確に断裂形態を把握」することが可能となり、手術にも有用となっています。

### 放射状MRI



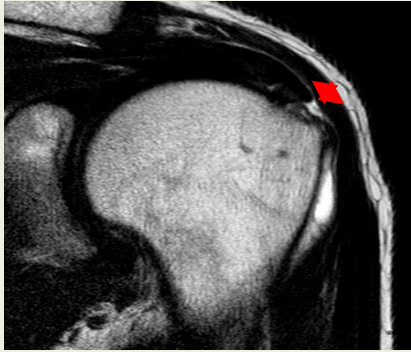
腱板に垂直にスライスを作成



後方の腱板(棘下筋)の断裂も鮮明に撮像可能

## Q5. 手術はどのような人に行っているの？

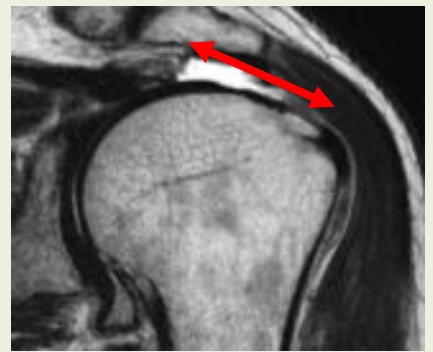
- 「断裂が広がる傾向」にある人です。腱板断裂は自然に塞がりません。3cmを超える「大断裂」になると「手術の成績が悪く」なります。
- 断裂が1cm以下の「小断裂では進行しにくく」、1cm以上の「中断裂で進行する」ので、これが手術を検討するタイミングと考えています。



小断裂



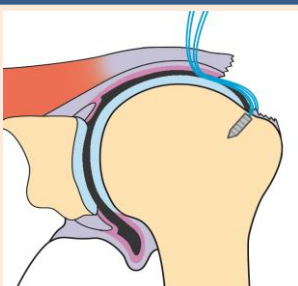
中断裂



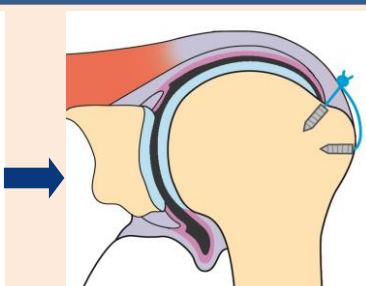
大断裂

## Q6. 手術はどのように行っているの？

- すべて関節鏡(内視鏡)で行い、傷は0.5cm前後の傷が5、6カ所できます。
- 手術時間:1~3時間程度(断裂のサイズや手術の難易度により異なります)
- 糸のついたビス(写真参照)を骨に打ち込んで断裂した腱板を修復します



ビス挿入



腱板修復後



非金属製  
5mm前後



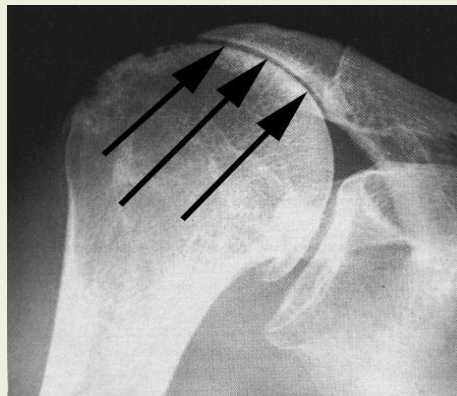
〈手術翌日の傷の状態〉

## Q7. 断裂が広がるとどうなるの？

- 断裂が広がると上腕骨は上方に転位し、肩甲骨に衝突します。  
これにより、「**関節が変形**」します。この状態になると「**腱板修復は困難**」となり、疼痛が悪化したり、肩に力が入らなくなります。



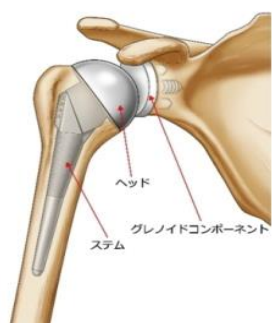
腱板断裂初期のレントゲン  
上腕骨の位置は正常



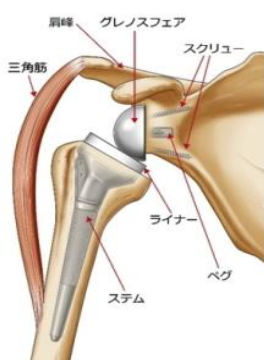
腱板断裂末期のレントゲン  
上方転位し、関節が変形

## Q8. 腱板断裂で関節が変形した場合は治療できるの？

- 以前は治療法がありませんでしたが、2014年に「**リバーズ型人工肩関節置換術**」が日本にも導入されました。ヨーロッパでは1990年代から、アメリカでは2004年から使用が開始され、挙がらなかった肩が挙がるようになり、奇跡の手術と言われています。しかしながら、この手術は一定の経験が必要であり、本邦では認可性で、整形外科医だからといって手術ができるわけではありません。当院ではこの手術を行っており、また全国に先駆けて、「**ナビゲーションシステム**」を用いて、より正確にインプラントの設置を行っております。

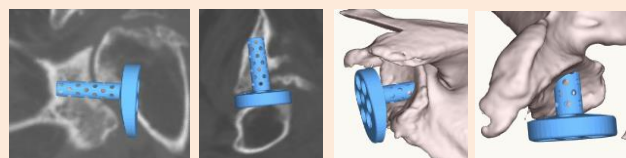


通常の人工関節

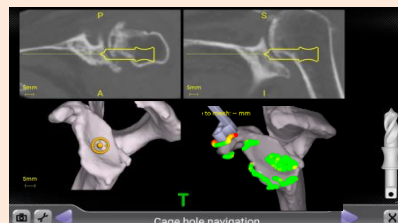


リバーズ型人工関節

**リバーズ型は腱板がなくても肩があがる！**



術前にインプラント設置位置をプランニング



術中にナビを用いてインプラントを設置

肩が痛くてお困りの方はまずは相談して下さい！

