

春風若葉にかおる5月、外出が気持ち良い季節となりました。休日も早起きして適度に運動する方がからだやこころの疲労回復には良いとされています。お気に入りの散歩コースを探してみたいかがでしょうか。

がくとう整形外科クリニック ニュースレター第3号をお届けします。皆様のお役に立てれば幸いです。

第3号

発行日 平成28年5月1日

がくとう整形外科
クリニック



がくとう整形外科 ニュースレター

肩の痛み：四十肩・五十肩

今回は比較的多くの方がお悩みの「四十肩、五十肩」に関するお話です。

Q) 正しい病名は？

☞「肩関節周囲炎」です。実は年代を問わず40代以下でも、60代以降でも発症します。

Q) 症状は？

☞次第に、または突然に肩関節から腕が痛み、肩（腕）が挙がらなくなります。痛くて肩関節が動かせないため、右の写真のように肩をすくめるように腕を挙げるようになります。



Q) 「四十肩は放っておけば自然に治る」と聞いたけど？

<http://www.therapeuticexchange.com>

☞「そう言われて2年間様子を見たが治らなかった。」と肩関節がカチコチに固まり動かなくなった状態で時折相談に来られます。全ての方が自然に治るわけではありません。また積極的に治療することで肩が痛い・動かせない辛い期間を短くすることが期待できます。

Q) 治療は？

☞肩関節への注射、リハビリ、投薬などが基本です。お薬（消炎鎮痛剤：炎症をしずめ痛みを和らげるお薬）を「痛みを止めるだけだから・・・」と飲まずに我慢する方がいらっしゃいますが、炎症を抑える根本治療になるので大切です。

肩が痛む病気には、他にも「腱板損傷」や「首から来る神経痛」、「リウマチ性多発筋痛症」などがあります。

ご心配の方はお早めにご相談ください。



(院長 藤田正)