

健康 よもやま 話

「上腕骨外側上顆

炎」、別名テニス肘という疾患をご存知でしょうか。タオルを絞ったり、手を握って力を入れる際に、肘の外側から前腕にかけて痛みが現われる病気です。



清水 明

テニス肘

上腕骨外側上顆とは肘の外側にある出っ張った部分で、指や手関節を伸ばす腱が付着しています。酷使による機械的なストレスがこの部位に炎症を起し、痛みを生じさせるといのが病気の正体です。名前のようにテニスが原因になることもありますが、むしろ日常生活や仕事上での作業で起るこの方が多いようです。

診断は、手関節や指を動かす

ことにより痛みを再現させるテストにて判断します。またレントゲン写真では、時に石灰化や骨棘がみられる場合がありますが、多くの場合異常は見られません。

治療では保存療法と手術療法があります。まずは原因となる動作や運動を控えたり、動かし方を工夫することで局所の安静をはかります。薬物治療では、局所の炎症を緩和させるために、湿布や消炎鎮痛剤などが使われます。疼痛が強い場合は炎症部位に注射を行います。慢性的に痛みがある場合は、ベルト状の装具を装着して、腱にかかるストレスを軽減させる方法もあります。これらの治療でも軽快せず痛みが継続する場合は、手術を行うこともあります。

(北國ドクタークラブ会員、いしぐるクリニック院長＝金沢市)