

症例 1 肩の痛み

30代女性 左上肢のシビレ

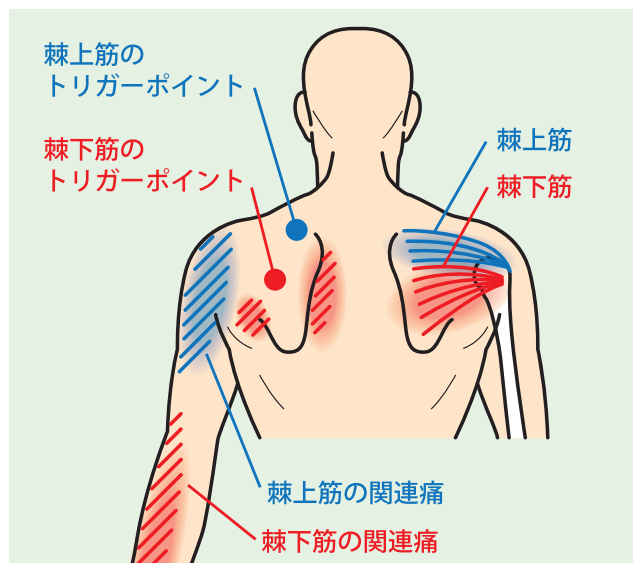
3カ月前から、デスクワークの仕事につき、肩こりが生じていました。そのうち、左肩痛が出現し、整形外科を受診したところ五十肩と診断されました。整骨院でマッサージに通いましたが改善せず、しだいに左腕の外側が痛くなり、さらに腕全体にシビレが生じ、夜に痛みで目が覚めるようになりました。再度整形外科を受診しMRIを撮りましたが、首のヘルニアはないといわれてしまいました。



診断・治療と解説



関連痛が腕に現れた例です。



慣れない仕事では、緊張のせいで肩が上がったままになります。今回は、肩甲骨にある棘上筋にしこりができ、関連痛として腕の外側に痛みが生じました。棘上筋の動きが悪くなると、下にある棘下筋の動きも悪くなり、関連痛として腕全体にシビレが生じることがあります。寝ている時にその筋肉が無理に伸ばされるので、関連痛で目が覚めることもあります。治療は、棘上筋と棘下筋にトリガーポイント注射を3回施行し、肩のストレッチングを指導することで軽快しました。