

肩の痛みは早めに治しましょう！

整形外科



青木 航洋

はじめに肩の構造を簡単に説明します。特徴的なのは肩は他の関節とは異なり、骨としては鎖骨のみを介して体とつながっています。つまり、ほとんど筋肉のみで体とつながっています。ちょっとした外傷がきっかけであったり、炎症が生じると筋肉のバランスが徐々にくずれ、関節の位置関係が崩れてしまいます。つまり、わずかな痛みだからと放置していると少しずつ悪化し腕が上がらなくなるこ

とがあるのです。特に、夜寝ている時に痛む症状は要注意です。筋肉

のバランスの良し悪しは、診察時のテストで判明しますがレントゲン検査なども参考になります。炎症が生じていれば早めに炎症を取る治療をし、炎症が無ければ筋肉のバランスを取り戻す運動機能訓練が大切です。インナーマッスルを中心とした筋肉のバランスは五十肩でも野球肩でも重要です。早期改善のため、整形外科医の診察を受け早めに治療しましょう。

整形外科

しんゆり青木整形外科

☎969-7577

麻生区万福寺6-7-2

メディカルモリノビル2F

<http://www.shinyuri-aoki-seikei.jp>

