

Q 左の肩から上腕が痛みます

特に心当たりはないのですが、左の肩から上腕にかけて、ずっしりとした痛みがあり、1か月以上たつても改善しません。整形外科で受けたエックス線検査では、異常はありませんでした。腕は動かせますが、就寝時に痛み、なかなか寝つけず困っています。

●70歳代・男性

A

腕を動かすときに痛みを生じる

かどうかが不明ですが、ご質問の内容から考えられる病気を以下に示します。腕を動かすときに、①と②では痛みはほとんど変わらず、③～⑤では痛みが増強するのが特徴です。

①頸椎性神経根症……潰れた椎間板や骨にできた棘が頸椎の神経根を圧迫することで、上肢に痛みやしびれなどが生じます。腕ではなく、首を動かしたときに上腕に痛みが生じるのが特徴です。

②頸椎部脊髓疾患（頸椎性脊髓症、脊髓空洞症、脊髓腫瘍など）……脊髓の障害によって肩から上腕に鈍痛が生じることがあります。進行すると手のしびれ、麻痺、筋萎縮が起こることがあります。

③腱板断裂……肩関節にある腱板が加齢によって変性してもろくなると、日常生活の負荷だけで腱板が断裂することがあります。腕を外側に上げるときに90度前後で痛みを生じることが多くみられます。また、夜間痛（夜眠れないほどの痛み）がみられることもあります。

④凍結肩（いわゆる四十肩、五十肩）……字のごとく40～50歳代に多くみられますが、70歳以上でも生じることがあります。加齢でもろくなった関節包に微細な損傷や炎症が起こることが原因とされています。肩関節の可動範囲が狭まる拘縮期の前の炎症期では、肩関節の動きに制限はなく、夜間痛や安静時痛が中心です。

⑤関節リウマチ……一般には手指などの小さな関節から左右対称に発症すること

が多いのですが、高齢者では単発性の肩関節炎として生じることがあります。炎症が軽度のうちは腕の動きに制限はなく、肩から上腕の鈍痛程度のこともあります。

そのほかにも胸郭出口症候群や、肺や心臓の病気が原因で肩から上腕の鈍痛を生じることがあります。診断は腱反射や知覚・運動検査などの身体所見、エックス線検査、超音波検査、MRI検査などの画像所見のほか、必要であれば血液検査所見などを総合して行います。通院中の整形外科で診断が確定できない場合は、診療情報提供書を書いてもらい、セカンドオピニオンを求められることをお勧めします。

岩堀裕介

あさひ病院
スポーツ医学・関節センター長



いわほり・ゆうすけ
1986年名古屋大学医学部卒業。専門は、肩・肘関節の病気やけがの診断・治療

*1 脊髄から枝分かれた末梢神経の付け根の部分。
*2 70歳代では3～4人に1人の割合で腱板断裂がみられるとされている。
*3 パンコスト腫瘍（肺尖部腫瘍）や心筋梗塞など。