

教えて！ ドクター Q&A

(株)宣通 (052) 979-1602 広告

Q 高校生の息子が「肘の内側副靭帯損傷」との診断を受けました。治療方法は手術しかないのでしょうか？

A 肘内側副靭帯損傷(以降、本疾患)には急性外傷によるものと慢性障害によるものに分けられます。今回はスポーツ障害、特に投球動作を伴う慢性障害としてご回答いたしますね。本疾患は主に投球動作に伴うスポーツ障害としてよく知られています。主な発症原因としてはオーバークース(使いすぎ)、そして不適切な投球フォームがあります。そして繰り返される投球時の肘外反ストレスによって生じます。

近年、プロスポーツ選手がこの疾患で手術をしたというニュースを耳にしますので心配ですよね。しかし実際にはほとんどの症例は保存的治療の適応です。治療内容として、まずは投球中止をし

つつ患部に対して局所消炎鎮痛処置を行い、同時にフォーム動作を改善する運動リハビリテーションを行います。この機能回復が非常に重要です。投球動作の修正にはさまざまなポイントがあります。特に投球時に「肘下がり」にならないようにすることが非常に大切です。そしてまだ身体が十分に発達していない成長期では、可能な限り練習での遠投は回避してください。理由は遠投が「肘下がり」の原因になるからです。投球動作は「地面からの力を指に伝える動作」ですので、下肢・股関節・体幹・肩甲帯・上肢という全ての部位を用いる全身運動ととらえましょう。

詳しくは、スポーツ整形外科に詳しい整形外科専門医を受診してください。お子様がしっかり治って復帰できると良いですね。

1995年京都府立医科大学医学部卒業、2005年名古屋大学大学院修了医学博士、南カリフォルニア大学博士研究員、2010年名古屋第二赤十字病院整形外科副部長、2015年名古屋グランパス専属チーフチームドクター、2020年現職。日本整形外科学会認定専門医、同学会認定スポーツ医、日本スポーツ協会公認スポーツドクター。



院長 深谷 泰士
(あつたの杜 整形外科スポーツクリニック)