

て！ えくター 教ドク Q&A

(株)宣通 (052) 979-1602 広告

Q 高校生の息子は野球部のピッチャーなのですが、肩をいためてしまい、日常動作でも痛みがあるようです。どのような治療をするのですか。

A ご質問有難うございます。野球投手の肩痛は大変辛いですね。肩の痛みで野球を断念するケースもありますので、しっかりと治療に向き合う必要があります。実は投球動作は上肢の運動と思われがちですが、本来は地面からの力を下肢から股関節を介して体幹、肩甲骨郭帯、そして肩関節を含む上肢を経て指先のボールへと力を伝達する【全身運動】なのです。おそらく息子さんの

肩痛は投球時の上肢(主に肩関節周囲)への過負荷によって引き起こされていると推測されます。そのため治療に

は投球フォーム自体の改善が必要になります。また投球相によって肩関節へのストレス部位が異なりますので疼痛部位や疼痛肢位によって障害部位を特定し治療に当たります。一般的に投球障害肩では「前方の弛み」と「後方の硬さ」が同時に起こります。そのため、この偏りを改善し上腕骨頭(肩関節の動きのメインの部位)が肩甲骨窩の中心で投球時に安定するように(これを求心位と言います)するリハビリテーションが最重要となります。まずは適切な診断が必要です。投球障害肩の診療は難しい場合が多いですので、是非スポーツ整形外科に受診されることをお勧め致します。早く良くなつて痛みなく投球ができるとよいですね。



院長 深谷 泰士
(あつたの社 整形外科スポーツクリニック)

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。



産婦人科・外科・胃腸科・乳腺外科・肛門科
加藤外科産婦人科・乳腺クリニック
瑞穂サッカー場、山下通交差点(消防署)北側

☎(052) 836-7953

歯科・小児歯科・矯正歯科・歯科口腔外科

タカミ歯科

熱田区花町2-7(現代ハウス金山1F)

タカミ歯科

検索

☎(052) 679-3118

名古屋市中区栄3

三越・ラシック向かい「スモ栄ビル」

あおやまクリニック

日本東洋医学会認定 漢方専門医 青山重雄 HPあり

☎(052) 242-1120