

成長期の野球肘(2)

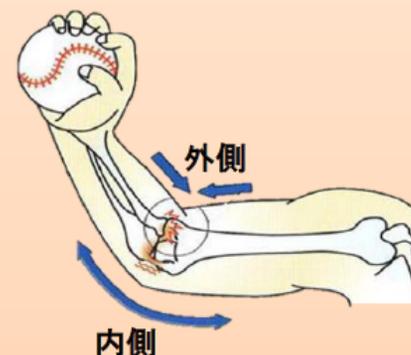
～上腕骨離断性骨軟骨炎～

光市立光総合病院
院長 桑田 憲幸

●上腕骨離断性骨軟骨炎とは？

成長期における野球肘障害は内側型、外側型に分けられます。

外側型は上腕骨離断性骨軟骨炎と呼び、上腕骨の外側、橈骨と接する部分（上腕骨小頭）の骨と軟骨の障害です。進むと骨を含む軟骨が離れてしまい、最終的にはがれ落ちて遊離体（関節ネズミ）となります。大半は10歳から12歳で発生します。



●何が原因で起こるの？

肘の外反ストレス（内側型と同じような外へ開く方向へのストレス）により、上腕骨小頭にかかる圧迫力（橈骨頭と上腕骨小頭の衝突による）が原因として推測されています。

●治療方法は？

骨の発育が旺盛な時期（骨端軟骨が残っている場合）では投球禁止などの保存的治療で自然治癒が期待できません。この場合、投球動作のみの安静だけではなく打撃も禁止、重いもの（鞆など）を持たない、腕立て伏せはしない、

トンボ引きや道具の片付けは悪い方の腕（うで）を使わないことなど、徹底的な安静が必要です。このような保存的治療で初期では90%以上に骨の修復が見られますが、進行期では50数%しか骨の修復が得られません。骨の修復にかかる期間は1年かかることが多いようです。

骨の成長が止まりかけている人や病期（病気の進行度合）が進んでいる人では保存的治療で骨の修復を得ることが難しく、手術が必要となります。手術の方法は実際の軟骨の状態を見て決めます。



- 痛みが強くなくても病気の進み具合はひどい場合があります。
- 早く治療を行わないと治癒の可能性が下がります。
- 保存的治療は最低でも6ヶ月の期間が必要になります。
- 保存的治療 手術治療 とともにきちんと治療すれば投球スポーツに復帰できます。