

# 質問コーナー

Q. 数年前から、草野球をすると肩が痛くなるようになりました。今では、常に痛みが出るようになりました。ある角度で腕を振ると、コキコキと音がすることがあります。当然、野球でも以前のようなボールを投げることはできません。野球肩だと思われそうですが、その場合保険による治療は可能でしょうか？

A. まずは野球をせずに休ませることが必要です。経過も長いようなので、腱板損傷が疑われます。腱板損傷は外傷以外に肩を酷使するなどした経年変化でも起こります。関節の音がしても、痛みを伴わなければ問題ありませんが、音とともに痛みが出現するようでしたら、レントゲン写真、超音波、MRI検査で異常がないかを確認いたします。特に問題なければ運動前のウォームアップ・ストレッチ、運動後のアイシング・クールダウンの励行が大切です。当然野球肩でも健康保険での治療は可能です。

