

質問コーナー

当院のホームページに寄せられたメールでの
問い合わせ（質問）にお答えするコーナーです



Q. 接骨院で40肩の治療をしています、整形外科でみてもらえますか。

A. 四十肩、五十肩は整形外科の治療対象です。ほっとおけば自然に良くなるといわれていますが（自然治癒の期間は半年から1年以上かかるとかわれています）、40歳、50歳に限らず30歳代でも60歳代でも起こる疾患です。一般的にははっきりとした原因はなく肩の痛みを自覚し、当初動かさなければ痛みがなかったのが、夜間にも痛みを出し、徐々に肩が上がらなくなります。じっとしていても痛みがあるときは炎症期なのでまずは安静ですが、炎症期の痛みが軽快すれば動かすことが必要です。姿勢が悪かったり、運動不足があるとなりやすいので、適切な運動が必要です。YouTubeでみて運動したら悪化したという方もおられるので、正しい運動方法の指導をさせていただければと思います。

Q. 高校1年の息子が、1か月前に捻挫をしてテーピングしながらサッカーをやっています。いまだ腫れと痛みが取れません。検査とかした方が良いでしょうか。よい対処方法があれば教えてください。

A. 足関節の捻挫と思われますが、腫れと痛みの程度によっては靱帯損傷の可能性があるので、その際には超音波検査がおすすめです。初期の固定安静が足りないと腫れ痛みが継続するため本来は安静が大切ですが、かばって使っていて関節が固くなっている痛みもあり、その際にはリハビリの治療が有効です。診察で超音波検査を含めて拝見させていただくとよいと思います。