

68. いわゆるテニス肘の痛みに関連する筋硬結

【キーワード】

痛み・肘・筋硬結

名古屋大学医療短期大学部

河上敬介・小林 紘二・辻井洋一郎

愛知医療学院

兼松美紀

☆ 目 的 ☆

筋肉痛を主訴とする筋・筋膜性疼痛症候群やFibromyalgia症候群などは、痛覚過敏部位をとまなう筋硬結を有する。その痛覚過敏部位は通常Trigger pointと呼ばれ、圧迫すると遠隔部に関連痛を発する。関連痛が生じる領域は痛覚だけを生じるのではなく、引きつり感などの異常感覚を生じることもある。筋硬結の痛覚過敏部位を適切に圧迫すると、痛みや異常感覚を生じる関連領域では自律神経症状をも誘起することができる。さらに、その領域では免疫機能不全などの諸症状をも生じるといわれる。筋硬結の発生機序の仮説の一つに、交感神経機能の異常により起こった血管収縮による血行障害が、Travellらにより挙げられている。関連領域に自律神経症状が出現するならば、その領域の血液循環不全が想定され、血行不全が原因といわれる筋硬結が新たに発生することや、膝痛及び肩痛の責任筋硬結については本学会にてすでに報告した。今回、頻繁に理学療法の対象となる、いわゆるテニス肘の痛みとその責任筋硬結を検出した。そして、疼痛部位と筋硬結の存在筋、関節可動域制限、及び運動痛などの諸症状との関連について検討した。

☆ 方 法 ☆

対象は、肘の痛みを訴えた男女30名(男15名、女15名)、調査肢は34肢(両側肘痛例4例を含む)、年齢は31~67歳(平均45.5±9.3歳)であった。筋硬結は筋の硬い部位で、その中に痛覚過敏部位があり、その痛覚過敏部位の適切な圧迫により遠隔部や深部に関連痛または関連異常感覚を発生させる部位とした。筋硬結の確認は母指を用いた触診により行った。その後、さらに可能な筋に関しては鍼を刺入し再度関連痛の出現を確認した。

☆ 結 果 ☆

訴えのあった疼痛部位を(1)肘外側上顆から上腕部、(2)肘前腕外側顆から前腕伸筋側部、(3)手関節部、(4)手背部、及び(5)前腕屈筋側部の5部位に大別した。それぞれの部位での疼

痛発生状況は肘外側上顆から上腕部は14肢(全34肢のうち41%)、肘前腕外側顆から前腕伸筋側部は34肢(100%)、手関節部は10肢(29%)、手背部は5肢(15%)、前腕屈筋側部は2肢(6%)であった。即ち、肘前腕外側顆から前腕伸筋側部は全肢、全例に観察された。

筋硬結の存在した筋(群)とそれぞれの肢数は、①頭半棘筋:1肢、②腸筋:3肢、③最長筋:2肢、④多裂筋:34肢、⑤肩甲挙筋:6肢、⑥前鋸筋:34肢、⑦棘上筋:23肢、⑧棘下筋:31肢、⑨小円筋:25肢、⑩大円筋:32肢、⑪広背筋:25肢、⑫肩甲下筋:34肢、⑬三角筋:29肢、⑭上腕三頭筋:34肢、⑮上腕筋:34肢、⑯腕橈骨筋:34、⑰肘筋:17肢、⑱回外筋:34肢、⑲長橈側手根伸筋:34肢、⑳短橈側手根伸筋:34肢、㉑尺側手根伸筋:19肢、㉒尺側手根屈筋:2肢、㉓浅指屈筋:2肢、㉔深指屈筋:2肢、㉕円回内筋:2肢、㉖指伸筋:34肢であった。即ち、以下の筋では34肢全肢に筋硬結が存在した。多裂筋、前鋸筋、肩甲下筋、上腕三頭筋、上腕筋、腕橈骨筋、回外筋、長橈側手根伸筋、短橈側手根伸筋、及び指伸筋。また、その他の筋で筋硬結が多く存在した筋は、大円筋、棘下筋、三角筋、小円筋などであった。

関節可動域制限のうち、屈曲制限は1肢、伸展制限は25肢、回外及び回内制限はそれぞれ9肢、生理的外反の欠如は4肢、生理的内反の欠如は1肢であった。

痛みの種類はおもだるく、しびれる感じ(15例)や冷たい感じ(2例)であった。疼痛出現状況は、肘関節屈曲位で保持した安静時(10例)や、手作業時(11例)、手を握ったとき(6例)、スポーツ時(6例)、スポーツや動作後(4例)、重いものを持ったとき(4例)などの運動時であった。

☆ 考 察 ☆

いわゆるテニス肘の疼痛部位のうち肘前腕外側顆から前腕伸筋側部はすべての症例において観察され、多裂筋、前鋸筋、肩甲下筋、上腕三頭筋、上腕筋、腕橈骨筋、回外筋、長橈側手根伸筋、短橈側手根伸筋、及び指伸筋にはすべての症例において筋硬結が検出されたことはいわゆるテニス肘の痛みを訴える患者に特徴的であることが判明した。このことはその部位における疼痛を有する患者において、それらの筋は、常時、理学的検査や治療の対象とすべきことを示唆する観察結果である。

関節可動域制限で伸展制限が特に多いことは、筋硬結を含む筋に筋痙攣(muscle cramp)が起りやすく、その発現を予防するため、その筋の伸張肢位を保持するためによる可能性は否定できない。この状況下において起こる筋痙攣による痛みは、その筋が短縮して起こる痛みであることから短縮痛とも呼ばれる。このことからその伸展制限は発痛を予防する肢位ともいえる。