



骨と関節をイメージした
整形外科アピールマーク

じょう わん こつ きん い ぶ こっ せつ

上腕骨近位部骨折



「運動器の10年」世界運動
動く喜び 動ける幸せ

● 症状 ●

肩の近くの骨折です(図1)。肩や腕に痛みがあり、ほとんどの場合、腕を上にあげたりひねったりすることができなくなります。

骨折してから2~3日後に、肩、胸部、上腕部などに内出血(青あざ)が現れることがあります。

このあたりの骨折が
上腕骨近位部骨折



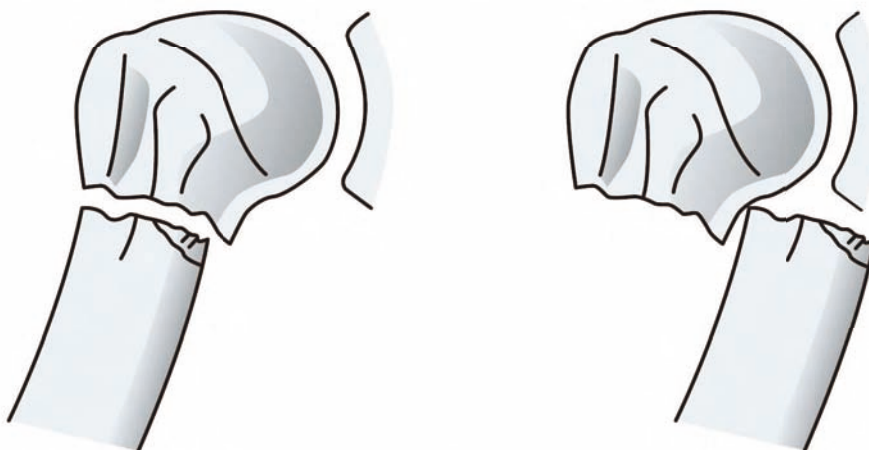
(図1)

● 原因と病態 ●

転んで手や肘を突いたり、肩を打ったりした時に起こります。若い人が交通事故などで強い力を受けたときにも発生しますが、多くは骨粗鬆症で骨がもろくなった高齢者に起こります。80歳代の女性に最も多く、また70歳の女性がその後10年間にこの骨折を起こすリスクは5~7%といわれています。

医学的には、ずれの少ない骨折(非転位型骨折)と、一定以上のずれのある骨折(転位型骨折)とに分けられます(図2)。上腕骨近位部骨折の80%は、ずれの少ない非転位型骨折です。残り20%の転位型骨折は、骨がいくつの部分に割れたかによって、2分割、3分割、4分割骨折に分類されています。

ずれの少ない骨折は治りやすく、ずれが大きいほど治療が大変になります。そして4分割骨折では上腕骨頭(上端の丸い部分)の血液循環が断たれ、骨折が癒合しなかったり骨が壊死したりして、肩関節に障害が残ることがあります。



ずれの少ない骨折

(図2)

ずれのある骨折

● 診断 ●

X線(レントゲン)撮影で診断します。X線写真で分かりにくい場合には、CT検査やMRI検査を行うことがあります。また複雑に骨折しているときにも、骨の割れ方やずれの程度を正しく判断するために、CT検査を行うことがあります。

● 予防と治療 ●

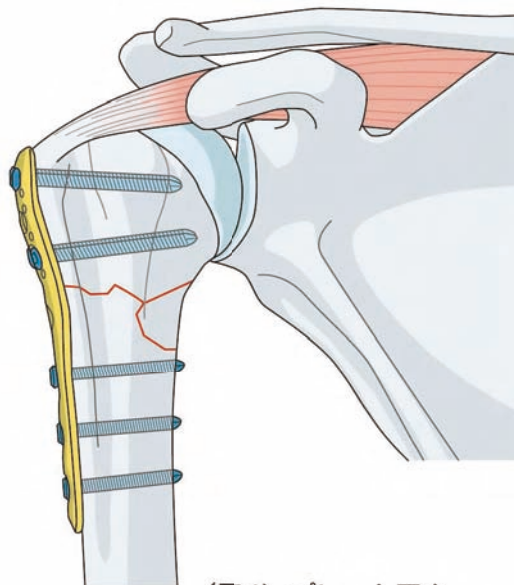
予防法としては、転ばないことと、転んでも折れにくい骨を作ることの2点が重要です。転ばないためには、日ごろからよく運動をして敏捷な身体びんしやうを作っておくこと、障害物を少なくして転びにくい環境を整えることが必要でしょう。また折れにくい骨を作るには、検診で骨粗鬆症を早く発見し、食物、薬、運動によって治療しておくことが大事です。

もし骨折が発生してしまった場合には、なるべく早く整形外科医にかかってください。どのようなタイプの骨折かを判断し、適切な治療法を決めるためです。ずれの少ない骨折では、受傷直後は三角巾などで固定しますが、数日のうちに前かがみになって行う振り子運動(図3)などを始め、徐々に動きを広げていく治療が一般的です。

一方、ずれのある骨折の一部は手術が必要です。手術内容は大きく分けて、骨をつなぐ手術(スクリュー、ワイヤ、プレート、髄内釘ずいないていなどを使用)と、人工骨頭を入れる手術の2つがあります(図4)。どんな手術を行うかは、骨折の形、骨の質、患者さんの生活状況などによって変わりますが、手術を行うタイミングも重要ですので、専門医によくご相談いただきたいと思います。



(図3) 振り子運動



(図4) プレート固定