

## ○ 上腕二頭筋長頭腱障害

上腕二頭筋（力こぶを作る筋肉）は長頭（長い筋肉）、短頭（短い筋肉）という2つの筋肉からなります。上腕二頭筋長頭の腱は結節間溝という骨の溝の中を通り、肩関節内に入り、肩甲骨に付着します。上腕二頭筋長頭腱は多くの力学的ストレスがかかる部位であることから、障害を受けやすい部位でもあります。

上腕二頭筋長頭腱が障害される病気として、上腕二頭筋長頭腱炎、上腕二頭筋長頭腱断裂、上腕二頭筋長頭腱脱臼などが挙げられます。

### (1) 上腕二頭筋長頭腱炎

上腕二頭筋長頭腱は結節間溝という骨の溝の中で摩擦を受けやすい状態にあります。重労働やスポーツによる使いすぎや元々肩関節の不安定性を有している場合に、腱周囲に炎症が生じ、痛みの原因となることがあります。

#### 症状

上腕を横に挙げ、肘を曲げる時や、物を持ったまま上腕を挙げる時に肩の痛みを自覚します。

#### 治療

保存的治療が原則です。急性期は肩の安静、薬物療法、注射などで炎症の緩和を図ります。急性炎症が軽減した後は、ストレッチと筋力強化を中心とした運動療法を行い肩関節の機能改善を図ります

但し、保存療法を4-6カ月間行って症状が改善しない場合は、上腕二頭筋長頭腱を結節間溝の中で固定する手術や烏口突起と呼ばれる箇所へ腱の走行を変える手術の適応となることがあります。

### (2) 上腕二頭筋長頭腱断裂

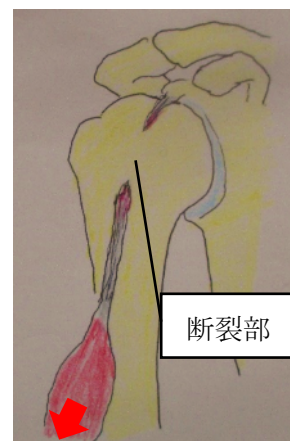
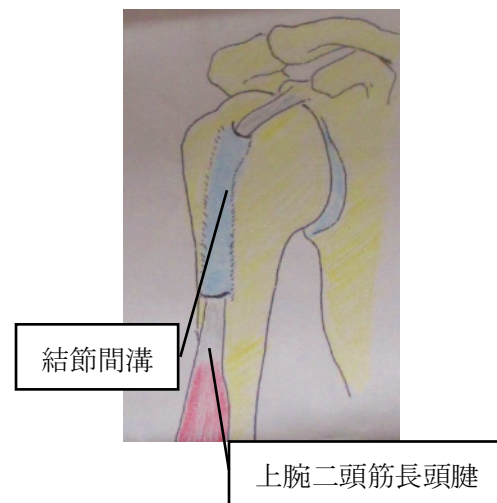
重量物を持ち上げる、物を引っ張るなどの外傷やスポーツ動作で強い外力が加わった時に、上腕二頭筋長頭腱は断裂することがあります。

#### 症状

受傷時には肩前面の強い疼痛や皮下出血を認めます。完全断裂の場合は、肘を曲げる動作で断裂した上腕二頭筋の筋腹が下降して肘の近くに力こぶができるようになります。また肘を曲げる筋力が低下することがあります。完全断裂では疼痛自体は3週間程度で軽快することが多いです。一方で部分断裂の場合は、外観上の異常は認めませんが、疼痛は持続することが多く、慢性期にも機械的な刺激により疼痛が生じることがあります。

#### 治療

完全断裂は、急性期は保存的治療を行い、疼痛の消失や炎症の軽減を目標とします。しかし、若年者や、職業上肘を曲げる筋力を必要とする場合、受傷後3週以上経過しても疼痛や



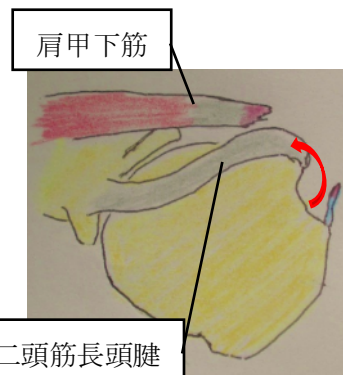
運動制限が続いた場合、肘を曲げる筋力が極端に落ちている場合は手術の適応となります。部分断裂においても保存療法に抵抗し疼痛が残存した場合は手術の適応となります。手術は上腕二頭筋長頭腱を結節間溝内に固定する手術や烏口突起と呼ばれる場所へ腱の走行を変える手術を行います。

### (3) 上腕二頭筋長頭腱脱臼

上腕二頭筋長頭腱は、その周囲を覆っている筋肉（肩甲下筋、棘上筋など）が損傷した際に、本来走行するはずの結節間溝という骨の溝を乗り越えて、脱臼することがあります。

#### 症状

脱臼時に著明な疼痛や可動域制限を生じます。整復されると疼痛は軽快します。また普段は正常の結節間溝の中にあっても、ある特定の肢位をとった際（上腕を外に開いた時など）に脱臼する場合があります。



(肩を上から見た図)

#### 治療

上腕二頭筋長頭腱脱臼は保存療法を行ったとしても症状が改善する可能性は低いため、手術適応となることが多いです。手術は上腕二頭筋長頭腱を結節間溝の中に固定し、さらに他の筋肉の損傷もあれば修復します。