

Q

仕事で肘をつく動作を繰り返しました。肘の後ろが腫れて痛みます。



社会医療法人三車会
公式キャラクター
みくまくん

《回答者》

◆整形外科

貴志川リハビリ
テーション病院

手外科専門医・足の外科認定医

整形外科専門医

谷口 泰徳 副院長

A

肘の後ろが腫れて痛む病気は、肘頭滑液包炎と呼ば

れます。肘を曲げた時に出っ張る部分を肘頭と呼びます。通常、肘頭の皮膚の下に滑液包と呼ばれる袋があって、少量の液が貯留されています。この滑液包は、肘を机についた時のクッションの役割をしています。しかし仕事、スポーツでの肘の過度な使用や肘を突っ張る時の刺激の繰り返しで原因で肘頭滑液包炎が起きます。スポーツでは同じ肘の動きを繰り返すテニスやゴルフで見られます。

症状は滑液の増加による腫れと痛みですが、肘に擦り傷

ができると、細菌が侵入することがあります。細菌感染を合併すると、皮膚は赤くなり、熱感を伴います。悪化すると肘を使うことが困難になります。治療は滑液包を穿刺して液を排除し、圧迫包帯をします。感染を起こしている時は、抗生剤を投与して切開排膿します。保存的治療で治らない時は、手術が必要です。腫れている滑液包を切除すると2〜3週間で治ります。肘頭滑液包炎の予防として、繰り返し肘をつく動作をやめる、スポーツや仕事では肘サポーターを装着するなどの対策があります。詳しいことは整形外科専門医にご相談下さい。