

# 腱板修復術

## 対象

このような場合に、手術をお勧めすることがあります。

- 加齢、腕を頭上に上げる動作を繰り返す、転倒して肩をぶつけたなどで、**腱板**（けんばん：肩のまわりの筋肉を上腕骨に結びつけている腱の集まり）が断裂している。
- 手術以外の投薬やリハビリなどの治療で肩の痛みが改善せず、仕事や日常生活に支障がある。



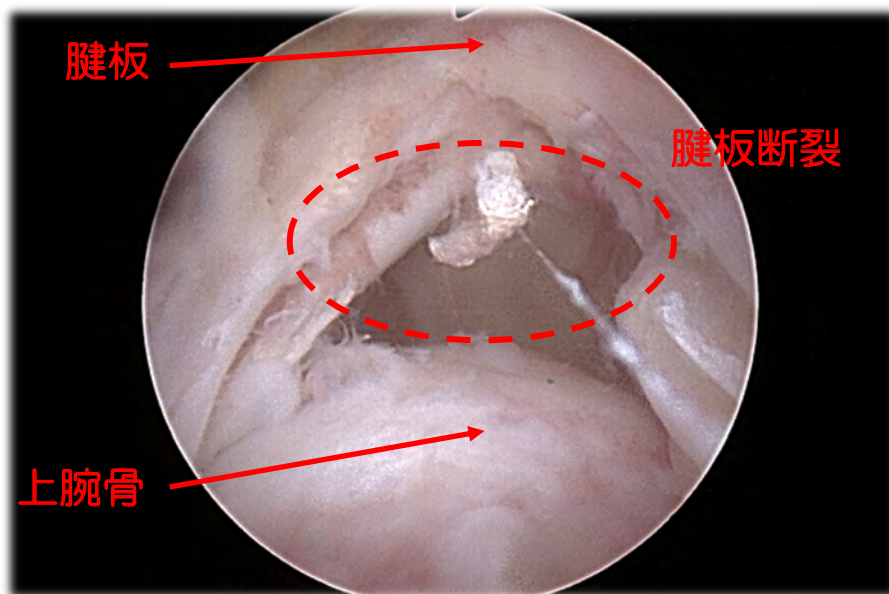
## 方法（一例を紹介します）

**関節鏡**（かんせつきょう：関節内部を見る内視鏡）を併用した皮膚切開の小さい手術です。

- ① 全身麻酔の導入後、手術ベッドに**半座位**（ビーチチェアに座るような姿勢）になります。
- ② あらかじめ、傷になるところに**局所麻酔**の注射をします。
- ③ 肩に **1cm 程度**の傷を 1 箇所つくり、関節鏡で肩関節内の観察をします。

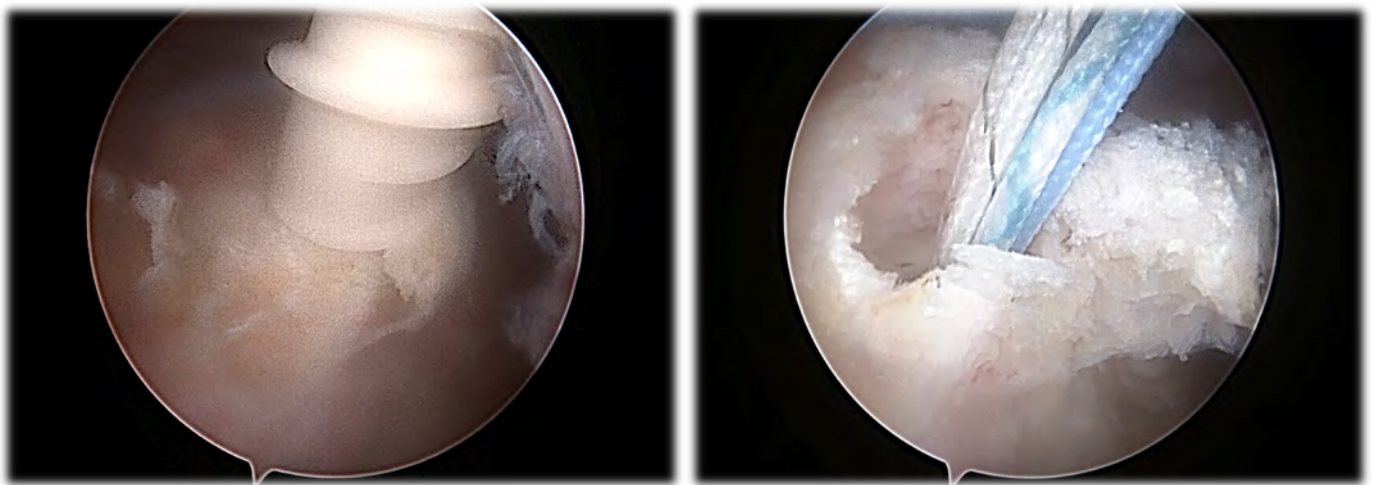


（写真：関節鏡で見た腱板断裂の例（点線部分）。正常では腱板でおおわれています。）



- ④ 肩に 1cm 程度の傷をさらに 1 箇所つくります。
- ⑤ 関節鏡で見ながら、肩峰（けんぼう：肩の先端にある骨）下面の靭帯や骨のトゲを取り除きます。
- ⑥ 断裂した腱板を関節鏡で確認し、そのすぐ真上の皮膚を 3~4cm 程度切開し、線維方向に筋線維を分け断裂部を展開します。
- ⑦ 痛みの原因の一つである肩峰下滑液包（かつえきほう）を切除します。
- ⑧ 断裂した腱板を専用の器械（アンカー）で縫合します。

（左関節鏡写真：アンカーを挿入している場面、右関節鏡写真：アンカーから伸びる縫合糸）



### アンカー

上腕骨に器械で穴をあけ、ねじ込みます。分解・吸収され、いずれ骨に置き換わります。



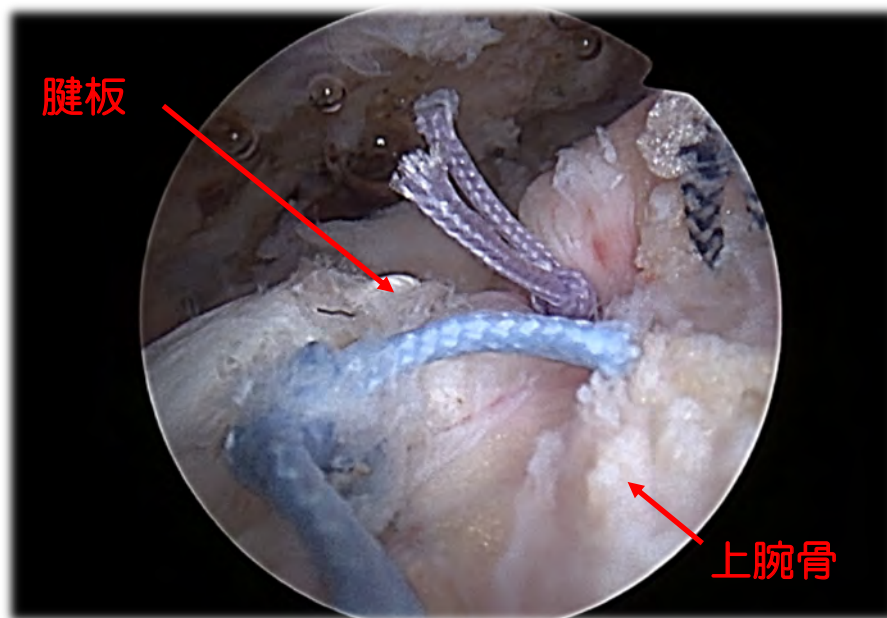
### 縫合糸

とても頑丈な素材で、アンカーと一体になっています。腱板につらぬき通し、縫合します。

<アンカーのイメージ>

⑨ 修復した腱板を関節鏡で最終確認し、傷を閉じます。

(写真：アンカーと糸で縫合され、腱板断裂が修復されています)



⑩ 最後に、術後の疼痛を少なくする目的で、肩にいく末梢神経のそばへ細い管（カテーテル）を頸部から挿入・留置します。カテーテルは術後2-3日で抜去します。



## リハビリテーション

- 理学療法士が患者さんの個別性に合わせてリハビリ計画を立て、入院中そして退院後においてもリハビリを継続していきます。
- 全身麻酔から目が覚めてはっきりしてきたらトイレ歩行ができます。手術の翌日から、むくみ予防のためボールを握るような手指の運動を行います。
- 頸部のカテーテルが抜けたら、段階的に、手術した側の肘の曲げ伸ばしの運動や肩の可動域練習などを行なっていきます。

- 手術後は手術した肩をしばらく動かすことができないため、負担がかからないように肩の装具を着用します（約 3 週間わきを外側に開いた状態（外転とよびます）で保持します）。



<上図：右肩を手術する場合>

- 縫合した腱板がしっかりつながるまで約 3 ヶ月間かかります。自宅に帰ってからの日常生活をイメージして、肩に負担のかからないような生活動作についても練習していきます。

## メリット



肩の痛みが軽減し、あきらめていた活動的なライフスタイルを取り戻すことが期待できます。

## 入院期間



手術後 2-3 日で退院できます。患者さん用の入院計画は、下記のスケジュールが目安となります。



城東 花子 様 腱板断裂の手術を受けられる方へ

★この表は、入院から退院までの治療の目安になります。患者さんの状態により多少の変化があります。

★手術後、予定通り退院できるよう一緒に取り組んでいきましょう。分からない事がありましたらいつでも医師・看護師・リハビリ担当者にお尋ね下さい。

	手術当日		術後1日目	術後2日目	術後3日目以降
	術前	術後			
検査	● _____ : _____ 手術 予定 □術前から点滴開始	□酸素マスク装着 □モニター類装着 (心電図・血圧等)	□検温 1日3回(6時10時20時) 体・血圧測定、創部チェック 等		□退院予定 
薬剤	□当日朝の内服薬 別紙参照	□消炎鎮痛剤処方 継続したい場合はお知らせ下さい	□抗生剤点滴 午前 □抗生剤内服 昼食後～5日間		
処置	● _____ : _____ 術衣へ着 替え □術衣の下はパンツのみ ※ブラジャーも着用しません □弾性ストッキング着用	□肩装具装着 (ウルTRASリング) □痛みを抑えるため 首にチューブが入ります			□首に入っている チューブ抜去 □傷処置
リハビリ 安静	●身体装着物を全て外す	□尿管が入りません 手術後、トイレに行きたい時は お知らせ下さい			□リハビリ開始
説明 指導	□義歯 □指輪 □眼鏡 □コンタクトレンズ 等	家族の方へ □医師より手術の説明がありま す。病棟内でお待ち下さい。 □看護師より安静などの説明が あります。			□シャワー浴指導 ペットボトルを使用し ご家族と一緒に説明を 受けてください
清潔	□髭は剃る □化粧・マニキュアはしない			《入院費について》 退院時請求書はご用意できません。後日ご連絡いたします。	
食事	□絶食 前日 21時以降 □絶飲 当日 時以降	□術後の飲食について その都度お知らせします 許可が出るまでお待ち下さい	《退院後の生活》 □傷は汚染しないように注意して下さい □傷から出血や化膿、38℃以上の発熱、痛みが強増する等の 症状がある場合は早めに受診して下さい □肩装具は必ず装着してして下さい □術後1ヵ月、3ヵ月頃にMRI検査を行います。 □MRI検査の結果が良ければ装具を外していきます。		
その他	絶食後は飴やガムも禁止。 水分は水かお茶のみ可。 コーヒー禁。	□出血や痛みがある時はいつで も医師・看護師にお知らせ下さ い。			
	城東整形外科		主治医：		