

リハビリニュース No.23

～上腕骨頸部骨折について～

上腕骨頸部骨折とは、上腕骨（腕の骨）の一番肩に近い所の骨折をいいます。骨粗鬆症のある高齢者で、転倒した際に肩や肘をぶついたりすると起こります。この骨折の癒合日数は7～8週です。



☆症状

①肩の痛み ②肩～肘までの内出血と腫れ ③運動障害(腕があがらない)

☆治療

骨の転位のない(ずれのない)場合は、ギプスなどはせず三角巾とそれを抑える包帯やバストバンドを用いて固定し、経過観察します。転位が著明な場合は、手術の適応となります。

☆合併症

①上肢（肩から指）のしびれ ②肩の脱臼 ③骨壊死 ④認知症

☆リハビリ：肩関節が硬くならない様、癒合状況を踏まえ早期から実施します。

初めに肩に悪影響がでないように、肘と手の関節を動かします。その後骨の癒合をみながら徐々に肩を動かすリハビリを行います。初めは振り子運動といって、前かがみになって腕を下におろしゆっくり肩を揺らせるような運動からはじめます。その後肩・肩甲骨まわりを積極的に動かしていきます。



上腕骨頸部骨折の骨癒合は良好で、骨折後の肩リハビリの正否が予後を左右します。リハビリを行わないと、肩や肩甲骨周りの動きが悪くなり、日常生活に支障をきたします。骨折前の状態に近づけるようしっかりとリハビリをすることが必要です。