

右鎖骨骨折後、趣味活動の再獲得ができた一例

○鎌田華子 (OT) 増田匡晃 (OT) 磯谷あかり (OT) 黒橋友汰 (OT)

宮本優子 (OT) 尾関久美 (OT) 松島由香 (OT) 中西真耶 (OT) 増田彩香 (OT)

西川航太 (OT) 野田実鈴 (OT) 伊藤一毅 (OT) 横田大雅 (OT)

公益財団法人近江兄弟社ウォーリズ記念病院

【はじめに】

昨今、自転車通勤が増加している。自転車における交通外傷では頭部や頸椎など生命の重大な危機に瀕するものだけでなく、鎖骨骨折などの四肢の外傷も多い。

今回、鎖骨骨折後、趣味活動の再獲得ができた一例を経験したので報告する。発表に際し、本症例に説明し同意を得た。

【症例紹介】

50代後半の男性。自転車乗車中、ふいに転倒し右肩を打撲した。翌日当院受診され X-p、CT にて右鎖骨遠位端骨折、転移が認められた。遠位端骨片は水平骨折もあり手術適応のため A 病院整形外科を受診された。8日後 A 病院入院し整形外科にて手術施行された。

【外来リハビリ初回介入時】

術後 10 日後 外来にて介入。握力右 34.6 kg 左 41 kg ROM-T: 右肩関節屈曲 90° 痛痛 (以下 P) 外転 60° 外旋 40° 肘関節 130°。主訴はこれを機会に趣味であるゴルフのフォームを修正したいとの訴えあり。

【経過】

日常生活動作 (以下 ADL) を阻害していた時期: 三角巾を使用しており、上腕骨内旋、肩甲骨外転位。大胸筋鎖骨周囲の筋緊張亢進しており臥位時に肩甲骨外側部はベッドから拳 1 つ浮いていた。左上肢の過剰使用により僧帽筋上部繊維の緊張亢進していた。疼痛・自動運動への恐怖心あり。3 週間後より抵抗をかけない右肩関節の運動を開始の指示あり。ADL では着替えや靴下を履くときの疼痛・洗濯物を干すが難しいとの訴えあり。疼痛自制内での肩甲帶筋緊張のストレッチと可能な範囲での手指筋力訓練を中心実施。疼痛軽減を図った。また、当初からゴルフへの意欲があり、下肢・体幹ストレッチ・筋力増加訓練を中心に実施した。

ADL が自立し、趣味活動への意欲が高くなった時期: X-P 上プレート固定位置変化なし。肩関節 屈曲・外転 90° 以上、軽度のゴルフスイング・自転車 (ロード) の乗車許可を得た。疼痛自制内、夜間痛が軽減してきた。荷重制限が 15 kg まで許可があり、自転車が 12 kg であることからロードバイクを再開。自動車の積み下ろしも可能となる。また、ゴルフスイング再開されているが体幹側屈・下肢で代償動作行ってしまう。関節可動域訓練・ストレッチ・等尺性収縮を中心に実施。

趣味活動への参加ができ始めた時期: 荷重が 20 kg までの許可が下り熱帯魚の水槽掃除で 20 L のバケツの運搬も片手でできるようになる。また、ゴルフのラウンドも再開されておりはじめはラウンド後右肩関節周囲の筋緊張亢進し、ストレッチ後外用薬使用にて改善したが、2 回目のラウンド後の右肩甲帶周囲の筋緊張は軽減し、ストレッチのみで軽快する程度まで回復された。

【結果】

握力 右 42.9 kg 左 39.6 kg ROM-T: 右肩関節屈曲 145° 外転 120° 外旋 75° 内旋 45°

【考察】

ADL に右上肢が参加できる事、ゴルフへの参加フォームの改善を目標に介入した。右肩関節の疼痛軽減が図れたことで、右上肢を動かすことへの不安が軽減し、趣味活動への参加も可能となった。今回、可動域や疼痛の軽減に伴いご本人の主訴である趣味活動に対してご本人の気持ちに寄り添いながら自主トレーニングの再提案や動作指導を行ったことで生活の質 (以下 QOL) の向上につながったと考える。