

鍼灸で 健やかに!

14

登美ヶ丘治療院長

野口 創



診断は、傷んだ前腕の伸筋腱に負荷をかけ痛みの有無をチェックする。具体的には肘を伸ばした状態で手首を反らさせ、反らした手首に抵抗を加えると肘の外側上顆部の痛みを訴える。

レントゲン検査では特別な

ひじの痛み・テニスひじ

テニスひじとはテニスなどのスポーツで前腕の伸筋腱(けん)群(手首や指を伸ばす筋肉、腱)の使い過ぎによって、ひじの外側上顆(か)

テニスひじと呼ばれるのが、テニスのみならずゴルフなどの他のスポーツ、さらには日常生活の中での肘の使い過ぎから起る場合もある。

異常はみられないが、長期間放置された症例では伸筋腱が付着している外側上顆部の骨に骨棘(骨のとげ)、石灰化を認める事がある。

部の筋肉や腱が炎症を起こした疾患。上腕骨外側上顆炎と呼ばれる。ひじの内側上

ひじの外側の痛む症状は、治療のタイミングを逃すと痛みが慢性化してつらい。患者さんの多くはいつか治るだろうと、一、二カ月間ほど放置さ

現代医学の治療では抗炎症剤や外用剤を用いる。炎症反応が強い症例ではステロイド腱鞘内注射を行う事もあるが、慢性化し、なかなか痛み

負傷部位の血流改善

顆部の筋肉、腱が炎症を起こした場合、上腕骨内側上顆炎と呼ぶ。

れて受診することが多い。原因は前腕の伸筋腱群の微細断裂による炎症。痛みは動かすと増し、安静にすると痛みが和らぐ。

がとれない場合も多い。中国医学の上腕骨外側上顆炎治療では、鍼灸治療を行うことよって、肘関節周りの血管を拡張させ、十分に血液が負傷部位に供給される状態にまで血流を改善して、乳酸、ビルビン酸などの疼痛(こつう)物質を吸収させる。



日常生活では、タオルを絞る、蛇口・ビンのおふたを開ける、ポットなどを持ち上げようとしたとき、皿やコーヒークップを持つ、車のドアをあける、洗濯物を干す、ホーキを使うなどの動作で上腕骨外上顆に痛みが走る。

また、新しい血液に運ばれ、増加した免疫細胞が、筋付着部や靭帯(じんたい)の炎症を鎮静することで、痛みを止め、微細断裂した伸筋腱群を修復し、改善に向かわせる。



また、新しい血液に運ばれ、増加した免疫細胞が、筋付着部や靭帯(じんたい)の炎症を鎮静することで、痛みを止め、微細断裂した伸筋腱群を修復し、改善に向かわせる。

また、新しい血液に運ばれ、増加した免疫細胞が、筋付着部や靭帯(じんたい)の炎症を鎮静することで、痛みを止め、微細断裂した伸筋腱群を修復し、改善に向かわせる。