

第3章

上腕骨外側上顆炎の 原因、なりやすさなど

この章で説明していること

Question 1 どのような人がなりやすいのでしょうか？年齢や性別との関連はあるのでしょうか？

Question 2 テニス肘といわれていますが、主にテニスが原因で起こるのでしょうか？

解説

ひじかんせつ

肘関節の外側に痛みを生じる病気は、一般に“テニス肘”と呼ばれていますが、他のスポーツや仕事などによっても起こることが多く、テニスだけが原因とは限りません。

- ①この病気（肘の外側の痛み）は、どのような人に起きやすいのか？
- ②テニス以外が原因になることも多いのか？
- ③どのような経過をたどるか？

などについては、はっきりわかっていないことも多いのですが、これまでに人の体や病気の原因などを詳しく調べた結果から、明らかになっている点について解説します。

Question 1

どのような人がなりやすいのでしょうか？
年齢や性別との関連はあるのでしょうか？

Answer

じょうわんこつがいそくじょうかえん
上腕骨外側上顆炎といわれる腕（肘）の外側の痛みは、青少年には少なく、患者さんの多くは30歳代後半から50歳代です（図1）。

運動や労働などにより強い痛みが急に起きることもありますが、はっきりとした原因やきっかけはなく、徐々に痛みが出てくることもあります。

じょうわんこつがいそくじょうかえん
上腕骨外側上顆炎は男女ともに起こる病気（障害*）で、発症頻度において男性と女性の差は明らかではありません。しかし、家庭の主婦に多くみられ、またテニスとの関連では、やや女性に多くみられるという調べが報告されています。

★ 障 害

人の体の働きが十分に働かない状態のことをいいます。

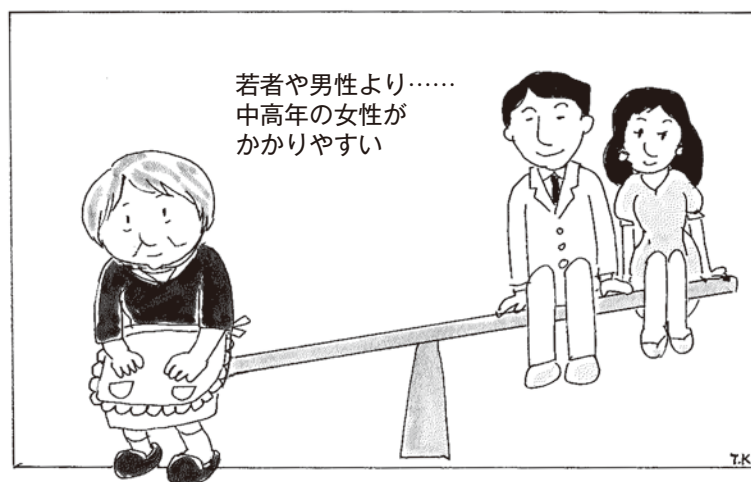


図1 なりやすい年齢

Question 2

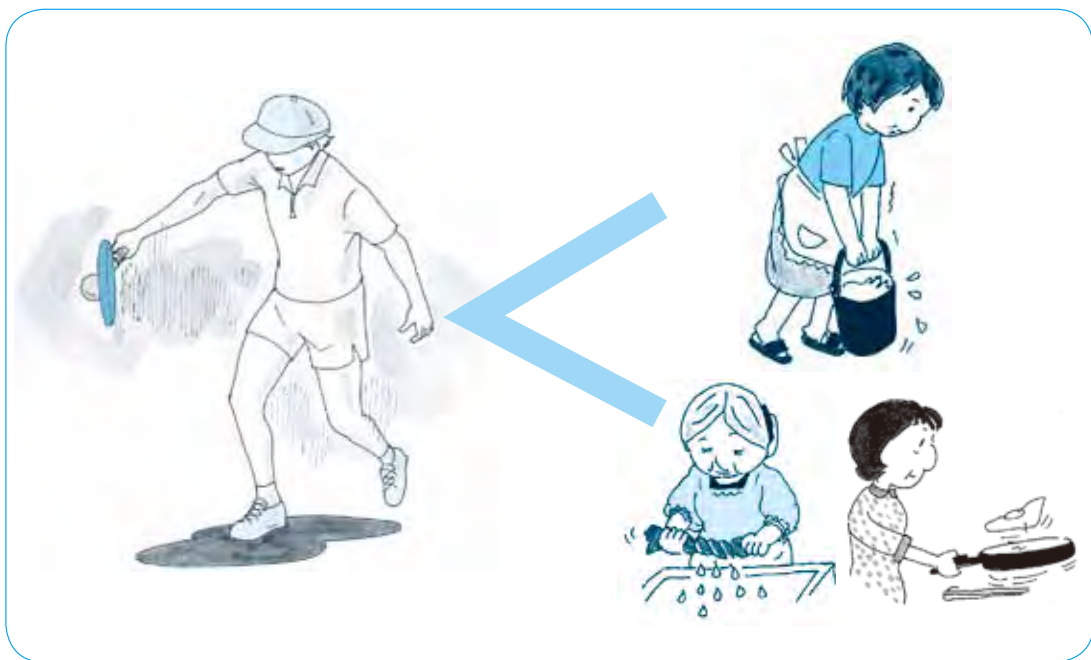
テニス肘といわれていますが、主にテニスが原因で起こるのでしょうか？

Answer

じょうわんごつがいそくじょうかえん

上腕骨外側上顆炎は、別名「テニス肘」と呼ばれていますが、テニスが原因となって発症する比率は明らかにされていません。

実際には、家事を含めた労働や、ゴルフなど、テニス以外が原因となることが少なくありません。日本で500名を超える患者さんを調べた結果では、重量物運搬などが原因と考えられる人が40%近くを占め、テニスが原因となって発症した人は約10%と比較的低い割合でした。一方、外国では30～50%



がテニスによって起こったという調べもあり、地域や医療施設の性格の違いによって大きな違いがあります。

テニスプレーヤーを対象に調べた結果では、30～50%の人が外側上顆炎がいそくじょうかえんと考えられる肘外側の痛みを経験していました。またテニスにおける外側上顆炎がいそくじょうかえんの発症には、不適切なラケットの使用や、プレースタイルが関わっていると考えられています。さらにテニスの場合、子どもの頃からテニスをしている人より、30歳以降に始めた人に発症率が高いようです。プレーの頻度と発症との関係では、週3回以上で発症頻度が高くなり、特に女性ではこの傾向が強いという調べがあります。

その他のスポーツや労働については、具体的に調べられた事例はありません。