

外側型野球肘

じょうわんこつしょうとう りだんせい こつなんこつえん

上腕骨小頭離断性骨軟骨炎

(osteochondritis dissecans : OCD)

外側型野球肘（離断性骨軟骨炎）

- 12歳前後の少年野球選手に多く発生。
- いわゆる「**関節ねずみ**」
- 手術も検討します。



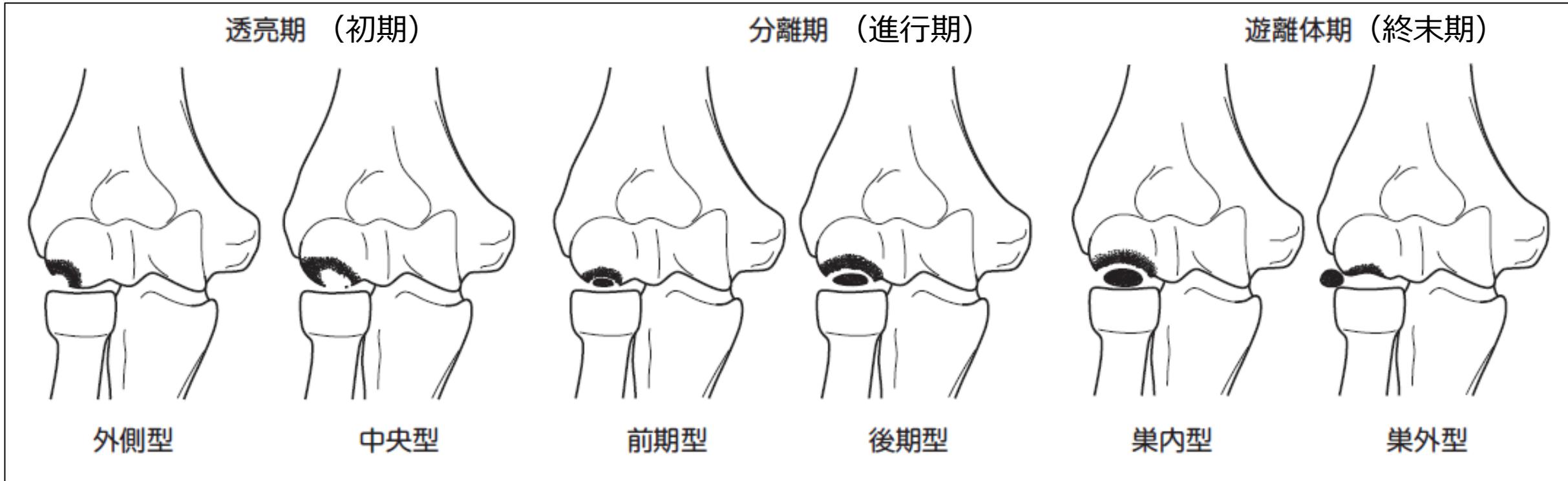
上腕骨小頭離断性骨軟骨炎

離断性骨軟骨炎（OCD）

- 小学校高学年に多い、肘外側の痛みと可動域制限。
- 骨端線閉鎖前か後かで予後も治療も異なる。
- 十分な安静は骨端線閉鎖前の場合には良好な結果をもたらす。
- 治療のタイミング、早期発見が重要。

離断性骨軟骨炎 (OCD)

病期分類



上腕骨小頭障害の病期 (レントゲン像)

初期

進行期

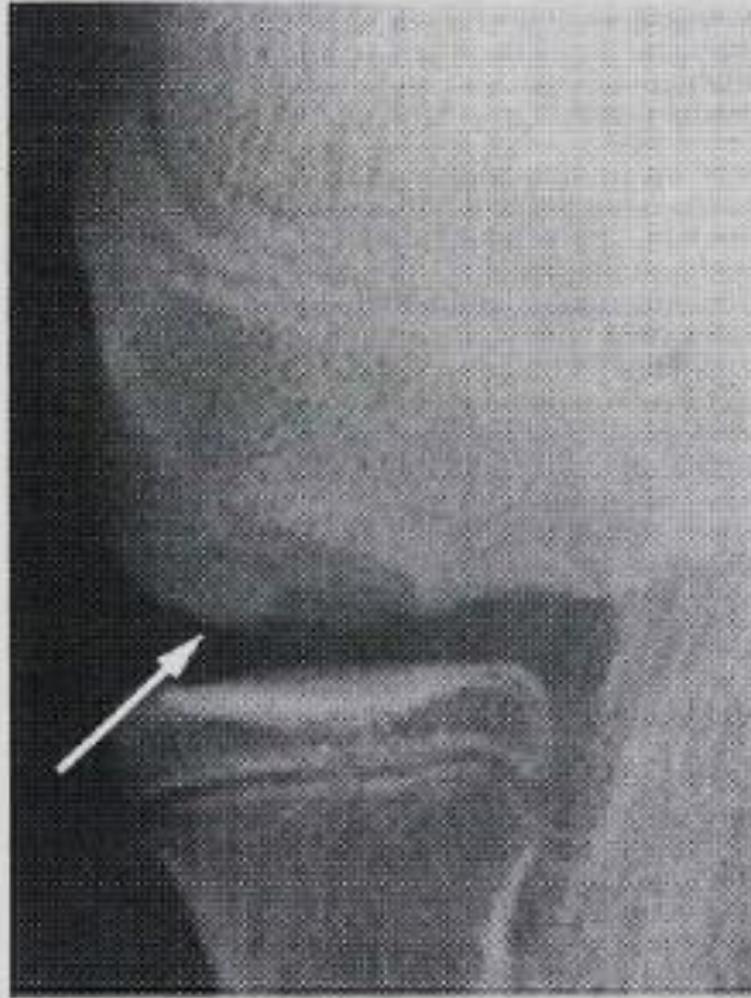
終末期



離断性骨軟骨炎のレントゲン 修復した例



初診



7ヵ月後



16ヵ月後

保存療法にて修復しなかった例



初診時



4か月後



8か月後



2年後

治療経過の例（上腕骨小頭離断性骨軟骨炎）

11歳男子硬式野球／内野手／野球歴8年

右上腕骨小頭離断性骨軟骨炎／広範囲透瞭型／保存療法



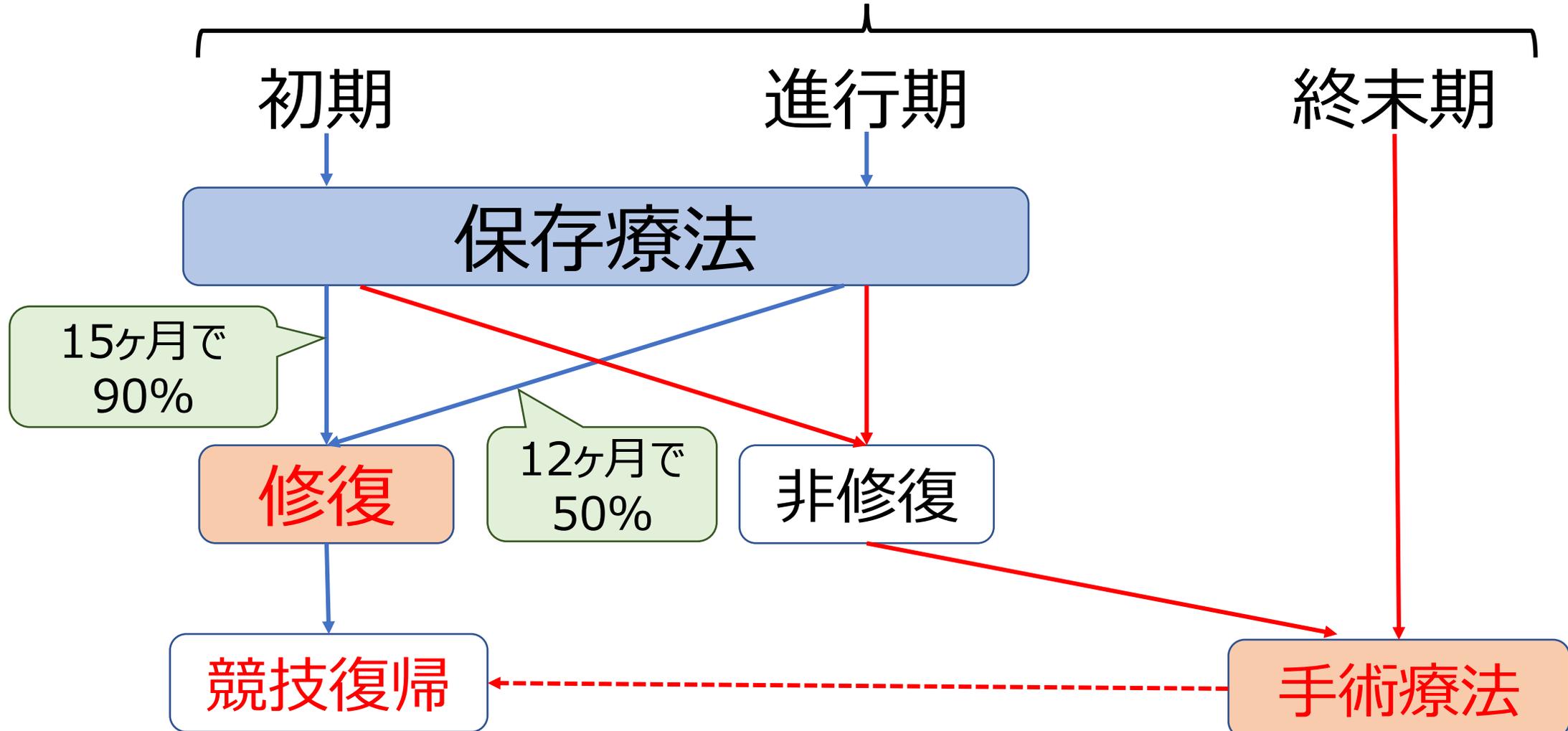
疼痛出現後 1 か月

投球禁止後 2 か月

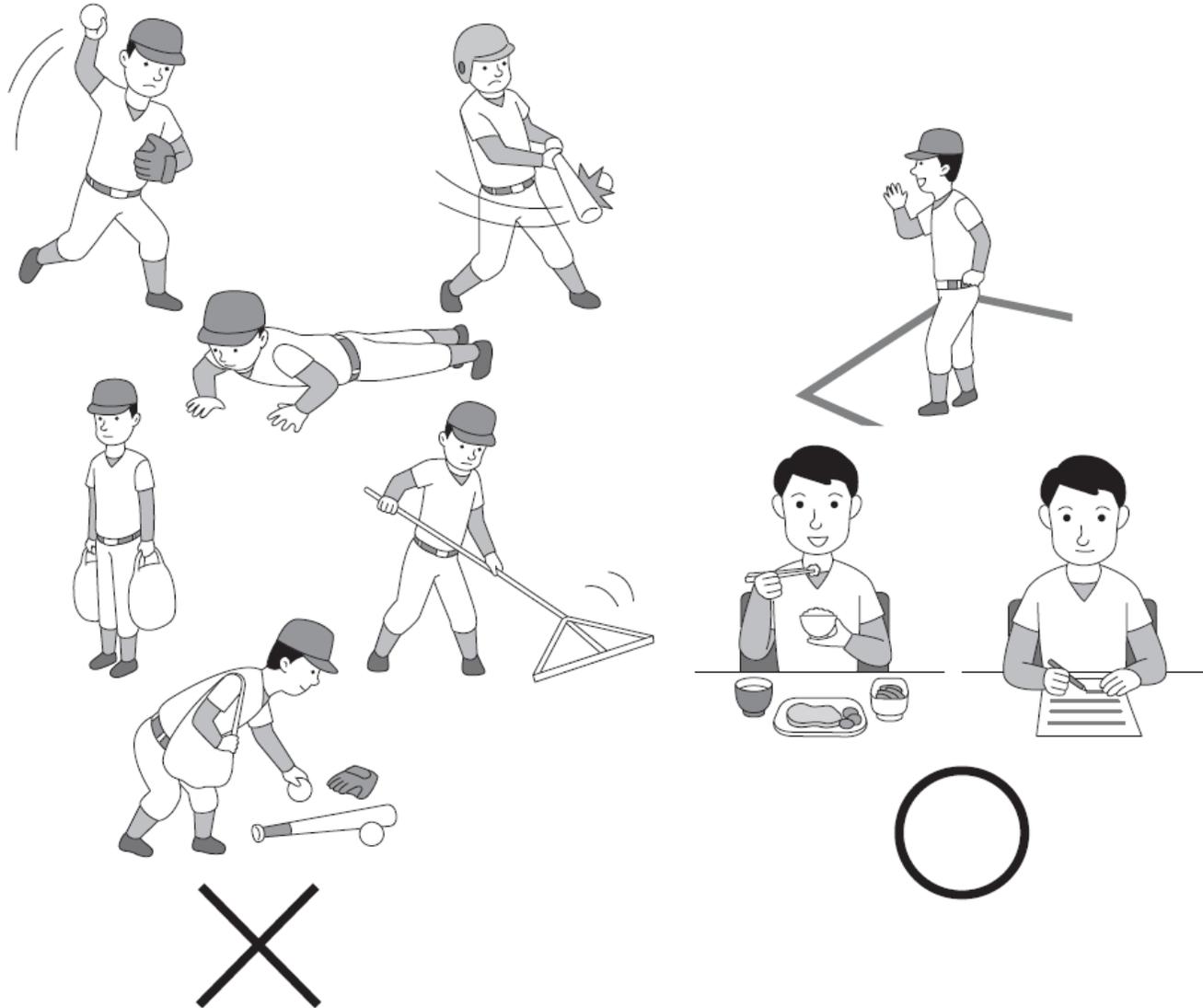
4 か月

6 か月 投球再開

離断性骨軟骨炎



外側型野球肘の保存療法（投球禁止時期）



投球だけでなく、
バッティングや腕立て伏せなど
痛みのある腕を使った運動を
行うことは禁止です。

鞆を持つことなども投球側で
は行わないようにしましょう。

食事、書字などはOKです。