

ショルダーハーネスライト SHL-1 導入事例インタビュー

「術後の安全安心な入浴のために、 専用の装具を使用するメリットとは」

麻生総合病院 鈴木一秀 医師

高齢化に伴い、患者数が増加傾向にある肩腱板断裂。保存療法で症状が軽減する例もありますが、症状が寛解しない場合や断裂の程度や範囲によっては手術適応となります。術後、再断裂予防のためには数週間にわたって腕を外転位に保つ必要があり、患者さんはその間、専用の装具で腕（肩）を固定しなければなりません。今回、数多くの肩腱板断裂の手術を行っている、医療法人社団 総生会 麻生総合病院 スポーツ整形外科 部長 鈴木一秀医師に、患者さんの術後の QOL にもかかわる「入浴装具の固定」についてお話をうかがいました。

Q：「肩腱板断裂」とは、どのような疾患ですか？

上腕骨と肩甲骨をつなぐ肩にある腱である腱板が切れた状態が、肩腱板断裂です。中高年に発症することが多く、可動域制限や運動時痛および夜間痛があり、引っかかる感じや軋轢音がすることもあります。転倒で手をつく、重いものを持ち上げるなど外傷がきっかけになることも多いですが、腱板そのものの変性により、大きな外傷も無く中年以降に自然発症すると考えられています。

治療に関しては、注射療法やリハビリといった保存療法で改善が乏しい場合は、手術を行います。侵襲の少ない関節鏡下手術が普及していますが、断裂が大きく修復不能の場合は、筋前進法という手術を行うこともあります。いずれの場合でも、術後 4～8週間程度の外転装具による固定と、5ヵ月程度の機能訓練（リハビリテーション）が必要になります。（次ページへ続く）



(続き) 肩腱板断裂の手術件数は、20年前の2005年のデータでは年間8000件くらいでしたが、それが2015年になると年間12000件くらいになっています。かつては限られた施設で内視鏡下手術が行われていましたが、技術の発達により全体の件数が増えています。

肩腱板断裂の術後は、装具を着ける必要があるため、着替えや入浴など日常生活動作（以下、ADL）が大変不自由になります。腕に力を入れたりいつものようには使えなくなったりするわけですから、家事や仕事などにも影響が出ます。さらに手術側が利き腕であった場合には、日常生活の困難度が高くなります。食事や書字およびパソコンの使用も不自由になりますので、利き腕か否かで、日常生活に与える影響はかなり差が出ます。

Q：「肩腱板断裂」の手術後の生活はどうなりますか？

当院では、手術後1週間くらいで術創の抜糸をして退院しますが、着替えと入浴の2つの動作ができないことにはADLが成り立ちません。しかし、着替えと入浴の際は誰かに手伝ってもらわないと、一人での装具の脱着は非常に困難です。装具を外し、誰かに支えてもらうか、ダイニングテーブルなどに腕を置いて外転角度を維持しながら力を抜いた状態で着替えたり、入浴装具に着け替えてお風呂に入らなければなりません。さらに、入浴後は入浴装具を外して、着替えてから外転装具に替えなければいけません。ご家族がいる方は入院中に来院してもらい、その流れを実際に一緒にやってもらっています。数回一緒にやっていただいて、「これだったら大丈夫そうですね」となれば、退院できるようにしています。

退院後は、装具を着けて6～8週間生活しなければいけなくなるため、むしろ大変さが増します。装具の着脱や生活の仕方を間違えると、再断裂の危険性が高まるためです。自分で力を入れないで肩の外転角度を維持する、患者さんにご家族には、そうしたことをきちんと理解していただきます。



Q：肩腱板断裂の手術後に必須となる「装具」とは？



肩腱板断裂の患者さんの場合、基本的には術前のMRIで断裂の大きさ（大中小）や範囲がわかります。なかでも大断裂や広範囲断裂の場合、手術後に肩を下垂してしまうと修復腱板に過大な張力がかかり、再断裂のリスクが高まります。その予防のため、肩を外転位に保つことができるよう、日常的に装着する外転装具（日常装具）と、入浴時に装着する装具の2つが必要になります。

装具の装着期間としては、部分断裂や1cm以下の小断裂の場合は、2～3週間以内です。場合によっては下垂位でのアームスリング固定で済む場合もあります。ただ、前述のとおり、中断裂以上になると外転位に保つことが基本ですから、外転装具を一日中装着していただきますし、大・広範囲断裂の場合は最低でも6～8週間（おおむね2か月）は、装具による外転位固定が必要です。

一方、入浴装具については選択肢がほとんど無いのが現状です。「入浴の時だけだし……」ということもあり、患者さんもしくはご家族、場合によっては看護師などスタッフによる手作りの物を使われることも少なくありません。手作り品の場合はペットボトルを利用したものになります。2Lサイズであれば複数本、4Lサイズであれば1本（施設によってお使いになる本数は異なると思われます）を、テープやベルト、紐などを使い、肩を外転位で固定できるよう、小脇に抱えるような形のものを作ります。

前述のとおり、装具装着の目的は、**肩を外転位に固定し入浴を含む日常生活を安全に送ってもらうこと、再発・再断裂を予防すること**にあります。病態によって固定する角度が簡単に調整できることも重要です。装具が簡単にずれる・外れるようなことは、あってはならないのです。ですから**装具に求めるのは何よりも「安全性」である**と考えています。不安定な装具が原因で再断裂を起こし、再手術になることは絶対に避けたいのです。手作りの入浴装具に不安に感じられる患者さんやご家族も少なくないでしょう。その場合、経済的な負担は生じますが、市販品を利用するものの一つの方法です。当院では、手術が決まり装具が必要であると判断した時点で、市販品と手作り品のメリットとデメリットをわかりやすく説明する機会を設け、患者さんご自身にどちらかを選択していただいています。

Q：入浴用装具としてショルダーハーネスライト(以下、SHL)を使うメリットは？



一つは、入浴時の安全性です。

断裂が中断裂以上の方は、2つの装具を必要に応じて着け替えながら、1～2か月程度は装着することになります。

患者さんはもちろん、介助するご家族、そして私たち医療者にとって、**病院とは離れた場所での生活であっても安全に外転位を保てること、安心して過ごしていただけることが第一です。**

そういった意味で、SHL は安全な入浴を助けてくれる装具だと考えています。

もう一つは、入院期間を短縮できる可能性です。

入院が長くなれば医療費が高額になりますし、ご高齢の方の認知能力の低下や院内感染のリスクが高くなります。

また、急性期病院にとっても平均在院日数が長くなり、施設基準の問題にもなりかねません。しかし、入浴装具を使い正しく入浴ができるようになれば早期退院していただけるわけですから、社会復帰も早くなるでしょう。

実は、当院の研究で、入院期間が6～8週と長い方と、SHL を使って術後7～10日くらいで退院された方には、術後再断裂率や可動域の回復に差がなかったというデータが出ています。ということは、**早めに退院して、日常生活を安心・安全に送ることができる装具を正しく2か月使用の方が、結果的には良いのではないか、**ということなのです。

そして、SHL を選択された患者さんが入院されたら、現物が入院中の患者さんのところに直接届くという仕組みもいいですね。患者さん自身が申し込まれ、病室に届くのを待つだけ。使い始めるのは入院してからになるわけですから、とても理にかなっているのではないのでしょうか。