



## 4大骨折 上腕骨遠位端骨折編

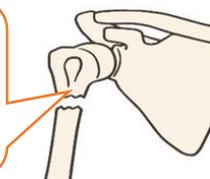
10月も終わりに近づき、冬の足音が近づいてきました。お身体に気をつけてお過ごしください。さて今回は、「4大骨折！！③上腕骨遠位端骨折（肩！）」についてお伝えします。

理学療法士が「症状」、「原因」、「治療」、「予防」をご紹介しますと思います。をご紹介しますと思います。



### 1. 症状

腕の付け根で折れてしまう骨折のことを  
上腕骨近位端骨折と言います



- 強い痛み
- 出血により肩全体の腫れ
- 場合によって、筋力の低下や感覚の低下



### 2. 原因

70%以上は60歳以上の年齢で発生し、73～78歳で最も発生率が高くなります。

- ① 転倒した時
- ② 非常に強い力がかかった時
- ③ 肩関節が脱臼した時

特に、高齢者では転倒により受傷することが多いため、転倒しないようにすることが重要になります。



### 3. 治療

#### 保存療法

ギプス、シーネ、包帯、三角巾などによる固定



無理に動かすと、偽関節などになる恐れがあります。また、後に慢性的な痛みや機能不全になる恐れがあるため、適切な治療が必要になります。

#### 手術療法

人工骨頭挿入術や人工関節置換術など（骨折の程度や年齢によって、手術が優先されることがある。）



### 4. 予防

やはり転倒予防をすることが1番大切になってきます。

はつらつ館では集団体操や個別リハビリテーション等で利用者様の健康な身体作りのサポート行っております。



もし、担当ご利用者様やそのご家族様などでお困りの声がありましたら、是非ご相談下さい！来月は【4大骨折④橈骨遠位端骨折(手首)】についてお伝えしていきますので、是非楽しみに！