

肘関節機能障害 重要用語

上腕骨外側上顆炎

<疾患総論・BQ>

コックアップスプリント；手関節伸展位保持を目的とした静的スプリント（副子）。装具の一種。材料は熱可塑性プラスチックである。

<CQ1>

- 超音波療法；超音波とは人の耳には聞こえない周波数 20kHz 以下の音波である。医療領域でも診断装置などで幅広く活用されている。理学療法では温熱および非温熱効果（音圧効果）を利用して、疼痛緩和や腫脹の軽減、筋柔軟性の改善など目的として用いられる。
- 前腕バンド；上腕骨外側上顆炎患者に対して、疼痛軽減を目的として前腕伸筋腱に圧迫を加えるバンドである。
- 遠心性抵抗運動；遠心性運動とは、筋長が伸張されながら筋力を発揮する運動であり、抵抗を加えた状態で遠心性運動を行う方法である。

<CQ2>

- 等尺性運動；筋長が変化せず関節が固定された状態で筋収縮を生じる運動である。
- ステロイド注射；ステロイド（副腎皮質ホルモン）を直接、関節内などに注射する治療法である。ステロイドの持つ抗炎症作用、免疫抑制作用などを利用して炎症の軽減を目的とする。

<CQ3>

- フリクションマッサージ；摩擦を加えながら行うマッサージであり、筋や腱、靱帯、関節包などに対して横断的に実施することが多い。
- MWMS（Mobilization with movement's）；関節可動域の改善を目的として、四肢の関節に対するモビライゼーションと自動運動を併用した治療法。
- 筋膜リリース；全身の膜組織を対象として、膜のねじれを解きほぐし、筋・筋膜のバランスを整える方法である。
- PRFEQ（Patient-Related Forearm Evaluation Questionnaire）；前腕の痛みについて 5 問、機能障害について 10 問からなる質問紙票である。
- DASH（Disabilities of the Arm, Shoulder and Hand）；上肢の症状および機能障害について 30 問、スポーツ、芸術活動あるいは仕事について 4 問からなる質問紙票である。

- マッスルエナジー：筋肉の長さを変化させない収縮様式により筋肉の緊張を調整することなどにより運動性を向上させる方法である。

<CQ4>

- テニスバンド；前腕バンドと同義語。上腕骨外側上顆炎をテニス肘と呼ぶことから、テニス肘用のバンドとしてこの名称が使われる。

<CQ5>

- 低出力レーザー療法；低出力レーザーは出力 100mW 以下の人工光線であり，鎮痛をはじめ創傷治癒促進や浮腫の除去などの効果がある。

<CQ6>

- 体外衝撃波療法；「衝撃波」とは波源の動く速さが音速を超えたときに発生する圧力波で，間欠的な連続波である。体外衝撃波療法は，衝撃波を患部に照射し，局所の疼痛軽減と組織修復を促進することを目的とした物理療法である。