

18

や きゅう ひじ
野球肘

誤った投球動作による投球や投球数の過多などの原因で起こる肘の障害の総称です。

● 症状 ●

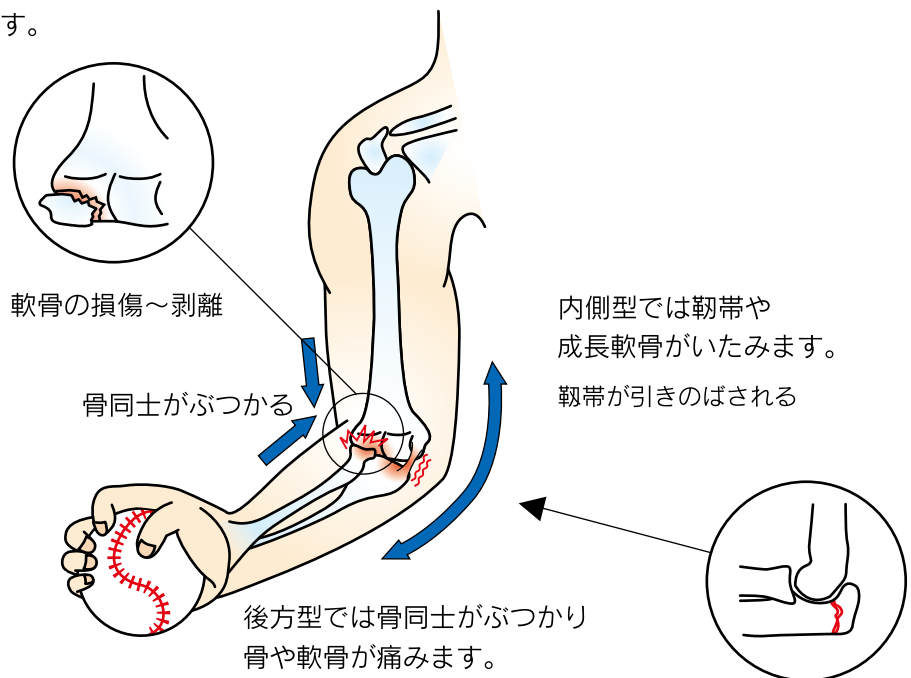
投球時や投球後に肘が痛くなります。
肘の伸びや曲がりが悪くなり、急に動かさなくなることもあります。



● 原因・病態 ●

肘は上腕骨、橈骨、尺骨の3つの骨からなりこれらをつなぐ靭帯（内側、外側）や筋肉が着く場所があります。投球動作により引っ張られたり、骨と骨がぶつかることが原因です。内側型、外側型、後方型があります。

外側型では骨同士がぶつかって骨と軟骨がはがれることもあります。



軟骨の損傷～剥離

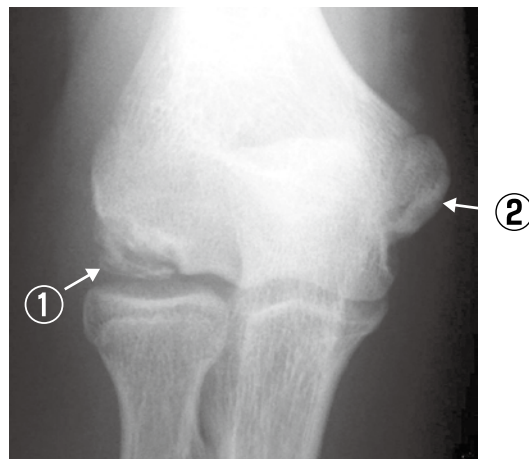
骨同士がぶつかる

内側型では靭帯や成長軟骨がいたみます。靭帯が引きのばされる

後方型では骨同士がぶつかり骨や軟骨が痛みます。

診断

肘に痛みがあり動きも悪いなどの症状であれば、野球肘が疑われます。
レントゲン検査や超音波検査、MRI検査で診断します。
内側型が最も多く小学生に多いためリトルリーグ肘とも呼ばれます。
2番目に多いのは外側型です。
早く発見すると骨の変形を防ぐことができる可能性が高くなります。



レントゲン像

①骨の不整像 ②成長軟骨の異常

治療

投球の中止が重要で、我慢して投球を続けると障害を悪化させます。
局所の安静と腫れた部分のアイシングが必要です。
保存的療法として、多血小板血漿（PRP）療法も用いられますが、症状によっては手術が必要になることもあります。

スポーツへの復帰時期については主治医とよくご相談ください。



監修
一般社団法人
日本手外科学会広報渉外委員会



制作
エーザイ株式会社

MBL0355FKA
2024年3月改訂