

テニスにおける手関節痛について

○別府 諸兄, 助川 卓行, 及能 茂道, 中田 研, 奥平 修三

日本テニス協会医事委員会

テニスの競技者レベルの選手は、用具の進歩とスピードの速さが要求され、その結果、手関節痛を訴える選手が増加しています。これについてわれわれの考えを報告する。

日本テニス協会医事委員会地域メディカルサポート部会は京都府立医科大学整形外科のご協力を得て共同の調査表を用いて全国的にアンケート調査を行った。外傷・障害の経験者を1553名中949名(61.1%)に認めた。発生年齢別の外傷部位は18歳以下(ジュニア)では手関節19.8%であり、19～39歳では手関節12.7%、40歳以上(シニア)では手関節8.3%でした。また、障害の既往は573名(36.9%)に認め、発生年齢別の障害部位はジュニアでは手関節14.9%であり、19～39歳では手関節18.3%、シニアでは手関節13.3%であった。

テニスなどのラケットスポーツでは繰り返される手関節の負荷からTFCC損傷を来すことがある。特に関節円板は損傷を受けやすい部位であり、外傷により円板の断裂や穴が開いたりすると手関節の尺側部に痛みが出現する。また、損傷が三角靭帯におよぶと橈骨と尺骨の連続性が断裂あるいは伸張したため遠位橈尺関節が不安定な状態となり、遠位橈尺関節部において尺骨頭が動的もしくは静的に亜脱臼や脱臼を来すようになる。

テニスでトップスピンを打つ場合、ラケットを握った手関節が回外位から、回内位にボールをブラッシュアップする。このラケットの振り方が自動車のワイパーの動きに似ているので、ワイパー swings と呼ばれる。特に、遠位橈尺関節は回外位で安定しているが、関節に不安定性がある場合は回内位で関節不適合性が生じる。このような事実が手関節痛の原因ではないかと考える。