

Title： 『運動器エコー！ ここまで進んだハムストリング肉離れ治療』

わだ整形外科クリニック 和田 誠

抄録

近年、運動器エコーは単なる補助的診断ツールから、診断・治療・予後予測を一貫して担う中核的モダリティへと進化している。特にハムストリング肉離れは、近位損傷や再発例において競技復帰まで長期を要することが多く、正確な病態把握が治療戦略を大きく左右する。本講演では、MRI 設備を有さない一般クリニックにおいても実践可能な、運動器エコーを軸としたハムストリング肉離れ診療の最前線を紹介する。

エコーによる詳細な観察により、内側ハムストリング半腱様筋 (ST) と外側ハムストリング大腿二頭筋長頭 (BFLH) が共有する近位共同腱の損傷有無を評価することが可能となり、これは復帰時期 (Return to Play) を大きく規定する重要な因子である。小生が MDPI 誌に発表した研究では、共同腱損傷の有無や損傷様式によって RTP が大きく異なることを示し、従来の「内側・外側」という単純な分類を超えた新たな視点を提示した。

また、エコー診断後に MRI で病態を確認し、エコーガイド下 PRP 注射や、競技復帰が遅延する症例に対するハイドロリリースを組み合わせることで、より個別化された治療が可能となる。エコーは診断にとどまらず、治療手技の安全性・再現性を高め、経時的評価を通じて選手と医療者双方に「見える医療」を提供する。

本講演を通じて、運動器エコーを積極的に活用することで広がる臨床の可能性と、その楽しさを体感していただければ幸いである。