

IV-D 筋・筋膜性疼痛症候群

1. 病 態

筋・筋膜性疼痛症候群（MPS）は、筋硬結およびトリガーポイント（TP）を特徴とした痛みをきたす症候群であり、肩凝りや腰痛など、通常の血液検査や画像診断では異常がみられない非特異的な痛みの原因として考えられている。

TPは、骨格筋または筋膜に存在する索状硬結の中にある、極めて過敏性の高い触知できる結節であり、圧迫することで痛みを生じるものである。MPSでは、このTPに起因する感覚、運動、自律神経の複合症状が生じるとされている¹⁾。

MPSの発生機序は、筋肉に対する負荷や傷害により筋肉内での微小損傷が生じることで組織内に発痛物質が発生し、痛みが惹起されると推測されている。また、鉄欠乏や甲状腺機能低下、ビタミンDやB₁₂不足なども要因といわれている²⁾。しかし、その実態や成因、および痛覚過敏のメカニズムなどは未だ明らかではない。確定診断のための検査はないので、診断には診察所見が重要となり、他の疾患を鑑別・除外する必要がある。

2. 症 状

肩凝りや腰痛などの凝りの症状がみられることが多い。また、自発痛のみならず、TPへの刺激が関連痛を引き起こすことや、可動性制限や筋力低下をきたすこともある。

3. 神経ブロックによる治療法

トリガーポイント注射が主に用いられる。近年、超音波画像による筋膜周囲組織の重積所見が痛みに関与していると示唆されており、局所麻酔薬や生理食塩水を用いて剥離を行うことで、鎮痛効果を発揮する可能性がある。

4. その他の治療法

薬物療法ではNSAIDsが用いられることが多く、その他は筋弛緩薬、抗不安薬、三環系抗うつ薬などの有効性が示されている³⁾。運動療法やストレッチなどの理学療法をできるだけ早期から行うことも重要である。慢性疼痛に移行した場合は認知行動療法などが必要となる場合もある。

参考文献

- 1) Lavelle ED, et al: Myofascial trigger points. *Anesthesiol Clin* 2007; 25: 841-851
- 2) Gerwin RD: Diagnosis of myofascial pain syndrome. *Phys Med Rehabil Clin N Am* 2014; 25: 341-355
- 3) Desai MJ, et al: Myofascial pain syndrome: A treatment review. *Pain Ther* 2013; 2: 21-36

筋・筋膜性疼痛症候群
MPS: myofascial pain
syndrome
トリガーポイント
TP: trigger point