

今回は肩甲間部のコリや痛み  
についてお話しいたします。

実際の臨床で  
肩甲骨の内側が痛い、または凝る

...といった患者さんが  
結構いるかと思われます。

そのような訴えをしてきた場合に  
先生はどのようなことを  
考えられますでしょうか？

肩甲間部にある筋肉としては  
菱形筋があります。

一時期、流行りました  
肩甲骨剥がしのようなかたちで、

菱形筋をほぐすといったことを  
されることが多いかと思います。

しかし、そういったことをしても  
なかなか症状が緩解していくケースは  
少ないのではないのでしょうか。

そこで、なぜ緩解していくケースが  
少ないのかを考えることが  
大事になりますよね。

なので、少し考えてみましょう。

そもそも、菱形筋を支配している神経は  
「肩甲背神経」となります。肩甲挙筋もですね。

しかしながら、肩甲背神経というのは筋枝になるわけです。

知覚支配はないということになるわけです。

となると、菱形筋（肩甲背神経）が原因で肩甲間部のコリや痛みがでる...  
というのは考えにくいということになります。

となれば、何が肩甲間部のコリや痛みを引き起こしているかということになりますよね。

では、肩甲間部には菱形筋以外にどのような筋肉があるか？

肩甲間部は3層になっており、表層から順に僧帽筋→菱形筋（部位によっては肩甲挙筋）→脊柱起立筋となります。

僧帽筋というのは副神経と頸神経叢筋枝支配

...となっていますので、こちらも菱形筋同様コリや痛みがでるというのは考えにくいですね。

ということは「脊柱起立筋」が肩甲間部のコリや痛みに関係しているということが考えられますよね。

脊柱起立筋は脊髄神経後枝支配なのでコリや痛みを生じます。

また、肩甲間部の皮膚は脊髄神経後枝支配なので皮膚表在痛を感じてしまいます。

ですので、肩甲間部のコリや痛みが  
菱形筋（肩甲背神経）に由来することは稀で

下部頸椎～上部胸椎にかけての  
脊髄神経後枝興奮が要因になるケースが多い  
ということが考えられるわけですね。

脊髄神経後枝興奮が起きてしまう  
原因として、考えられるのが  
上部胸椎の椎間関節または肋椎関節の  
機能障害といったことになります。

ですので、菱形筋にアプローチを  
してみても、なかなか思うような  
結果が出ていない場合は、

椎間関節や肋椎関節に対する  
アプローチをしてみてもいいのでしょうか。