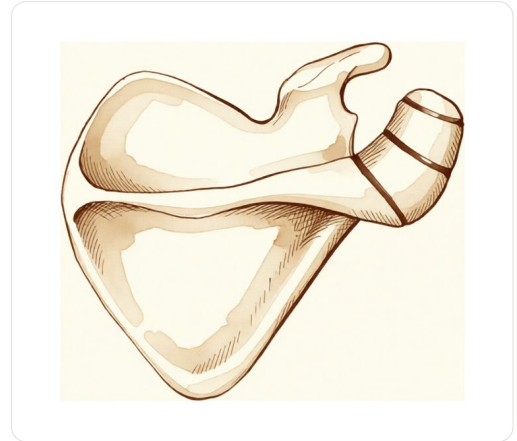


副肩峰骨

肩峰骨：在骨骼成熟过程中，肩峰的前部未与肩峰的其余部分融合。

Kieran Hirpara © ⓘ 4.0



本页面由机器翻译，尚未经临床医生审核。**英文版本**为权威版本。

您的感受

您可能会感到肩部顶部疼痛。这种情况约占需要接受MRI检查的肩部问题患者的2.13%。疼痛通常源于肩袖的撕裂，肩袖是一组负责手臂活动的肌肉和肌腱。这种撕裂是由于额外的骨块异常移动并摩擦其他组织所致。

您的疼痛可能在某些活动后加剧。它也可能在夜间将您痛醒，或在尝试向患侧侧卧时引起疼痛。简单的日常任务可能会变得困难。您可能难以将手伸到背后扣上胸罩或塞好衬衫。这些动作会对骨块未完全融合的区域施加压力。

如果您曾接受过肩关节置换手术，您可能会注意到该骨块正上方有压痛。这种情况在术后患者中占1/4。好消息是，对大多数人来说，这种酸痛通常会随时间自行消退。您的外科医生将检查您的症状，以确定该额外骨块是否是引起您疼痛的主要原因。

实际发生了什么

您的肩胛骨存在一个称为肩峰骨（os acromiale）的小骨碎片，该碎片未与主骨融合。这种情况在需要接受肩部MRI检查的肩部疾病患者中约占2.13%。可以将这个未融合的部位想象成肩部骨骼两部分之间松动的垫片。当手臂运动时，这个松动的碎片并非作为单一整体移动，而是会发生摩擦和移位。

这种异常运动通常会刺激附近的软组织。肩袖是由一组肌腱组成的，它们像绳索一样帮助抬起和旋转手臂。由于这块松动的骨头运动异常，可能会卡压这些肌腱。这种卡压（即撞击）通常会导致肩袖撕裂。在年轻运动员中，这种特定的损伤模式很常见，需要仔细检查以确诊。

有时，在跌倒或受伤后，这块松动的骨头可能会受伤，尽管这种情况很少见。如果您因其他原因（如反式全肩关节置换术）接受手术，1/4 的患者可能会在该部位感到局部压痛。这种疼痛通常会随时间自行消退。拥有这块额外的骨碎片似乎不会影响主要肩关节置换手术的整体效果。

我们能采取的措施

大多数人首先通过自我护理和物理治疗来管理疼痛。治疗师将指导您进行锻炼，以增强肩部肌肉并改善活动范围。这种方法旨在减少多余骨块所在部位的摩擦。在考虑其他步骤之前，您应充分尝试这一非手术方案。

如果疼痛持续存在，您的外科医生可能会讨论药物或注射治疗。抗炎药有助于减轻关节周围的肿胀和疼痛。在某些情况下，会使用皮质类固醇注射来快速缓解炎症。虽然现有证据并未明确这些治疗的具体持续时间，但许多患者在药物起效期间找到了缓解。如果您是竞技运动员，您的外科医生会仔细权衡风险，因为通常不建议职业网球运动员进行手术。

通常只有在这些保守措施无法控制您的症状时，才会考虑手术。手术的目标是移除不稳定的骨碎片，或将其固定到位以阻止引起疼痛的运动。这一决定是在与您回顾具体病例和影像学结果后，与您的外科医生共同做出的。

何时就医

若肩部持续性疼痛经休息后无改善，请咨询全科医生。若出现无力、不稳、肩部卡顿或脱位，请要求专科医生评估。若症状影响睡眠或工作，亦需引起重视。若疼痛突然加重，请及时就医。此病与肩袖损伤相关，异常运动可能导致撞击。极少数情况下，关节可在创伤后受损。如果您是职业网球运动员，通常不建议手术治疗，但专科医生可通过体格检查和影像学检查明确诊断。