

Clinical Question 1

肘部管症候群に対する保存療法で尺骨神経滑走訓練は有効か？

推奨文 軽度から中等度の肘部管症候群に対する保存療法として、尺骨神経滑走訓練を行うことを提案する。

推奨の強さ 弱い

エビデンスの確実性 弱い (C)

1. 重要臨床課題の確認

軽度から中等度の肘部管症候群には保存療法が第一選択とされ、尺骨神経の滑走性や機械的ストレスの改善を目的に、尺骨神経に対する神経滑走訓練が一般的に行われる。しかし、その有効性については、十分に明らかにされていない。本 CQ では、肘部管症候群に対する神経滑走訓練の有効性を検討する。

2. エビデンス評価

・ 検索

系統的文献検索を行い、3 件のランダム化比較試験 (RCT) を採用した。

・ 評価

Svernlöv ら¹⁾は、軽度から中等度の肘部管症候群に対する RCT において、患者教育 (書面での解剖・病態および誘発回避の説明・指導) を行った 15 例 (患者教育群)、患者教育に加え、肘屈曲防止用夜間装具を装着した 21 例 (装具療法群)、および患者教育に加え、6 つの肢位を保持する神経滑走訓練 (Philadelphia プログラム) を実施した 15 例 (神経滑走訓練群) を比較した。治療 6 か月後の動作時痛は、神経滑走訓練群および患者教育群で有意に軽減したが、装具療法群では有意な軽減を認めなかった。また、夜間痛はすべての群で有意に軽減したが、握力は有意な改善を認めなかった。一方、すべての評価指標において、有意な群間差を認めなかった。

Wolny ら²⁾は、軽度から中等度の肘部管症候群に対する RCT において、徒手的神経滑走訓練を行った 48 例 (神経滑走訓練群) と、偽治療を行った 43 例を比較した。治療後の運動神経伝導速度、疼痛、知覚機能、QuickDASH において、神経滑走訓練群が有意に改善し、群間比較においても、神経滑走訓練群が有意に良好であった。

Wieczorek ら³⁾は、軽度から中等度の肘部管症候群に対する RCT において、徒手的神経滑走訓練を実施した 42 肢 (神経滑走訓練群) と、低出力レーザー療法と超音波療法を併用した 40 肢を比較した。治療後の群間比較では、運動神経伝導速度および皮膚知覚閾値は、神経滑走訓練群が有意に良好であったが、二点識別覚、疼痛および QuickDASH には有意な群間差を認めなかった。6 か月後では、運動神経伝導速度、二点識別覚および皮膚知覚閾値は神経滑走訓練群が有意に良好であったが、疼痛および

QuickDASH には有意な群間差は認めなかった。

- ・ 統合

採用した 3 件の RCT は、いずれも軽度から中等度の肘部管症候群を対象としており、神経滑走訓練は神経伝導速度や知覚機能といった客観的指標を改善させる可能性があるものの、疼痛や主観的機能に対する効果は一貫して優れているとはいえなかった。害については、いずれの研究においても神経滑走訓練に伴う重大な有害事象は報告されていなかった。

対象となる論文は 3 件と少なく、対象者数も限られていたことから、効果推定の不精確性が懸念された。また、効果の方向性も完全には一致していなかった。さらに、神経滑走訓練という性質上、治療者の盲検化が困難であるという実行バイアスのリスクが懸念された。以上より、エビデンス総体の確実性は「弱い (C)」と判断した。

3. 総合評価

軽度から中等度の肘部管症候群に対する尺骨神経滑走訓練は、重大な害は明確に示されておらず、症状改善に寄与する可能性がある。一方、効果の一貫性に乏しく、効果推定の不精確性やバイアスリスクも懸念され、エビデンスの確実性には限界がある。したがって、推奨の強さは「弱い」、エビデンス総体の確実性は「弱い (C)」と判断した。

文献

1. Svernlöv B, Larsson M, et al. Conservative treatment of the cubital tunnel syndrome. J Hand Surg Eur Vol 34: 201-207, 2009.
2. Wolny T, Wieczorek M. Real versus sham-based neurodynamic techniques in the treatment of cubital tunnel syndrome: a randomized placebo-controlled trial. J Clin Med 14: 2096, 2025.
3. Wieczorek M, Wolny T. Efficacy of manual therapy and electrophysical modalities for treatment of cubital tunnel syndrome: a randomized interventional trial. Life 15: 1059, 2025.