

肩の整形外科テスト記録シート

最小セット（2〜4個）で仮説を絞り、角度・部位・反応を1行で記録するためのシート

患者ID	評価日
評価者	場所
主訴・受傷機転	利き手 / スポーツ歴

評価前に固定する6点セット（再評価の再現性）

固定項目	チェック	メモ
体位・開始肢位	<input type="checkbox"/>	座位 / 立位 / 背臥位
痛みの主座	<input type="checkbox"/>	外側 / 前面 / 上方 / 深部
疼痛角度	<input type="checkbox"/>	ex) 外転 80-110 度
AROM / PROM の差	<input type="checkbox"/>	痛みで止まる / 硬い
頸部由来の確認	<input type="checkbox"/>	しびれ / 頸部運動で変化
中止基準	<input type="checkbox"/>	強い恐怖感 / 著明痛 / 脱力

整形外科テスト記録（結果+角度 / 部位メモ）

テスト	主な目的	結果	角度・部位メモ
Painful Arc	疼痛角度の把握		
Neer	肩峰下インピンジメント		
Hawkins	肩峰下インピンジメント		
Empty / Full Can	棘上筋 / 痛み抑制		
ER 抵抗	後上方腱板		
Apprehension	前方不安定性		
Relocation	前方不安定性の補強		
O'Brien	SLAP / 混在整理		
Speed / Yergason	上腕二頭筋長頭腱		
最終仮説	-		インピンジメント / 腱板 / 不安定性 / SLAP / AC / 長頭腱

結果欄は - / + / ++ / 中止 など簡潔に統一すると再評価しやすいです。

再評価メモ（介入後の変化・条件差・次回固定）

ex) 挙上 90-120 度の外側痛軽減。次回も同条件で再確認。