

# 肩インピンジメント最小セット記録シート

Neer / Hawkins / Painful Arc を、部位・角度・反応でそろえて記録するための A4 シート

患者ID		評価日		評価者	
------	--	-----	--	-----	--

## 評価前チェック：赤旗・前提条件・中止基準

確認	チェック	記録すること	対応
赤旗	<input type="checkbox"/> 外傷後の強い痛み <input type="checkbox"/> 発熱・安静時痛 <input type="checkbox"/> 著明な筋力低下	該当項目・発症時期	必要時は医師連携
前提条件	<input type="checkbox"/> 座位/立位 <input type="checkbox"/> 代償の有無 <input type="checkbox"/> 肩甲骨固定条件	体位・代償・固定条件	毎回同じ条件で比較
中止基準	<input type="checkbox"/> 痛み急増 <input type="checkbox"/> 防御反応 <input type="checkbox"/> 不安増強 <input type="checkbox"/> 代償増大	停止角度・痛みの部位	押し切らず記録へ

## 最小セット：Painful Arc を軸に 2~4 個で止める

場面	まず見る	追加するなら	記録のポイント
外側痛+疼痛アーク	Painful Arc + Hawkins	Neer	角度帯と外側痛の再現
挙上で痛みが強い	Painful Arc + Neer	Hawkins	挙上角度と代償
筋力低下の解釈が必要	Painful Arc + Neer/Hawkins	ER 抵抗 / Can	痛み抑制か真の低下か
前面痛が強い	Painful Arc + 1 テスト	Speed など補助	混在疑いは深追いしすぎない

## 記録欄：部位+角度+反応を 1 行で残す

要素	記入例	記入欄
痛みの主座	外側 / 前面 / 上方	_____
角度帯	外転 80-110° で増悪	_____
テスト反応	Hawkins で外側痛再現、Neer 軽度	_____
代償・停止理由	肩甲帯挙上、痛み急増で停止	_____

## 再評価メモ：同じ条件で変化を比較する

比較項目	初回	再評価	変化・解釈
疼痛アーク	_____	_____	_____
代表テスト	_____	_____	_____
次回方針	_____	_____	_____