

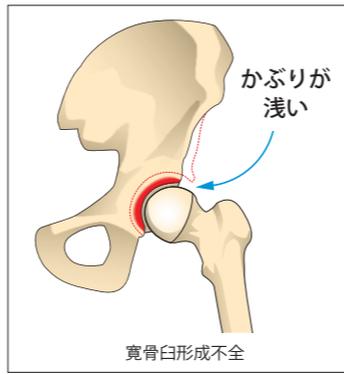
立ち上がりや歩き始めに股関節や膝が痛い 痛みが強くなる前に 整形外科にご相談ください

年齢と共に股関節や膝の痛みが増加します。治療の必要不必要も
そうですが、まずはご自身の状態を正しく知ることが大事です。

竹田総合病院院長の本田雅人先生に股関節や膝の治療について伺いました。

股関節や膝が痛くなる 原因からお話しいただきたい

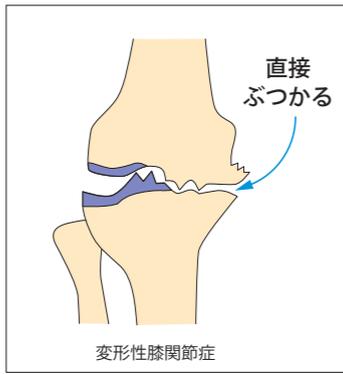
まず股関節が痛くなる原因として、日本人の場合は寛骨臼形成不全からくる変形性股関節症が代表的な疾患と言えるでしょう。寛骨臼形成不全とは、生まれつき大腿骨の骨頭を覆う股関節の屋根に当たる部分が十分でない状態のことを指し、軟骨が早くすり減ってしまう原因のひとつとされています。当然、体重過多や外傷が原因の人もいますが、股関節が悪くなる人のほとんどは持つて生まれた形が影響していると思います。



寛骨臼形成不全

また高齢になると腰が曲がり、骨盤が後ろに傾いたことが原因で変形性股関節症になる人も増加しているように思います。背筋が弱く猫背になってしまったり、猫背が弱く年を重ねると心配ですね。

膝に関しては、東洋人女性の場合にはO脚が原因となって内側の軟骨がすり減り、それに伴い半月板が少しずつ変性を起こして断裂するなどして、やがて変形性膝関節症になるケースが多いです。あとはやはり肥満があると、特に膝には負担がかかります。



変形性膝関節症

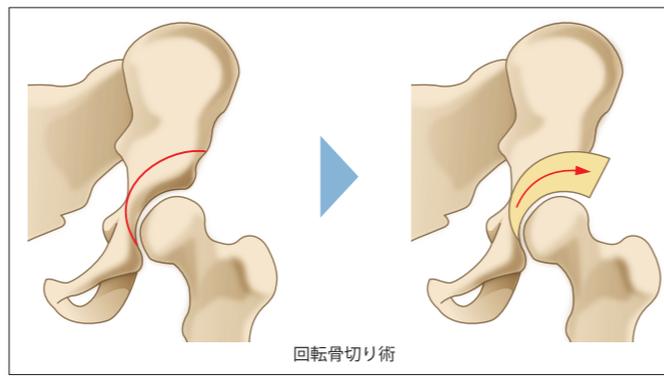
受診は早めにしたほうが 良いのでしょうか

軟骨は一度減ってしまうと元に戻ることが難しいです。なるべく元の軟骨の状態を治療に入るのが理想ですので、初期のうち一度整形外科を受診していただくのが良いと思います。膝の初期症状としては

歩き始めや立ち上がった瞬間の痛みや違和感、または関節に腫れがあり触った感じが右と左で違う、曲げにくいといったことが起こりやすいです。股関節もやはり歩き始め、立ち上がりが痛いというのがあります。ただ股関節は症状はわかりにくく、股関節が悪いのか腰が悪いのかわからないまま経過してしまうこともあります。

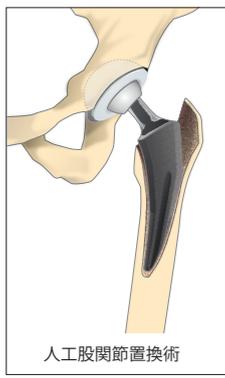
治療にはどんな 方法がありますか

変形性股関節症の初期の治療は保存療法から始まります。まずは体重の管理をすること、あとは股関節周りの筋力をつけるような運動療法が中心です。痛みがあれば痛み止めの薬なども処方します。保存的な治療の先には「骨切り術」があります。手術方法としては近年では股関節をくり抜いて回転させ、体重のかかる部分を変える「回転骨切り術」というのが主流です。



回転骨切り術

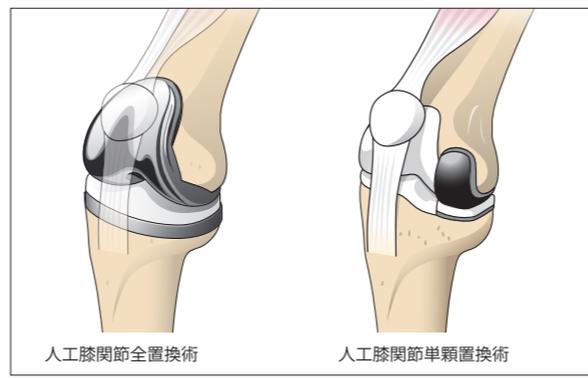
体に人工物が入らないために感染症や破損、脱臼の心配がないのが大きなメリットですが、適応の条件が厳しく、入院期間も長くなります。保存治療で症状が改善されない場合、「人工股関節置換術」も検討されます。



人工股関節置換術

膝は体重のコントロールと筋力訓練、特に大腿四頭筋を鍛えることが重要と言われています。しゃ

がみ込むような動作を避け、冷えにも気をつけましょう。薬物療法としては痛み止めが中心になります。軟骨を保護する働きもあるヒアルロン酸の注射も有効です。それでも症状が改善されない場合、「関節鏡視下手術」で傷んでいる部分を処理するような手術をすることもあります。その次の段階まで進行すると、脛骨を切つて加重のバランスを変える骨切り術や悪くなった部分だけ人工関節に替える「人工関節単顆置換術」という手術もあります。ただ進行した変形性関節症は適応でないため、手術件数が少ないのが現状です。かならず進行した場合には、「人工膝関節全置換術」が適応になります。



人工膝関節全置換術

人工膝関節単顆置換術

人工関節置換術に手術支援 ロボットが登場していると 聞きました

近年では整形外科領域にも手術支援ロボットが導入されるようになってきました。整形外科で使用されるロボットは自動で動くものではなく、術者が行う手術の手助けをしてくれるというものです。股関節や膝の人工関節置換術においては手術の精度の高さが術後の成績、つまりは患者さんの日常生活に直結するため、高い正確性が求められます。手術支援ロボットが導入された手術では、術前に検査したデータをコンピュータに読み込み、それを術中に患者さんの現実の状態に照らし合わせ、予定した設置位置は正確か、切る場所や角度は合っているかを検証しながらロボットと共に手術を進めます。ロボットは肉眼ではわからない程度の微差も計算して出せるため、より正確性が高まり、稀にあっ

た足の長さが思ったように揃わないなどのトラブルや脱臼のリスクの大幅な軽減につながっています。

術後のリハビリは翌日、または翌々日から始まります。今は疼痛管理も進歩したため、痛みでリハビリができないといったことはほとんどありません。退院の目安は2〜3週間となっています。

術後の注意点として、人工関節は人間の体本来のものではないために血液が滲みやすく、術後何年も経ってから尿路感染症や胆嚢炎、虫歯などを原因とした感染症を起こす場合があります。そうならないためにも、病気はしっかり治療することが大切です。また不意な転倒を防ぐため、家の中に手すりを設置する、廊下に明かりをつけるなど生活環境の改善も大事です。



膝や股関節の痛み 悩んでいる方へ

保存療法、手術療法ともに症状のステージに合わせた的確な治療がありますので、痛みや違和感で悩んでいる場合は早めに受診をして、自分にとって今一番いい治療は何なのかを見つけることが大事です。

また早期でなければできない手術療法はその時にしかチャンスがありません。早めの受診は治療の選択肢を増やす要因にもなります。精度の高い手術を行うことは術後の成績、すなわち患者さんご本人のその後の生活に関わることで、正しい治療が行えるように我々整形外科医は努力を怠りません。もちろん最初から手術をお勧めすることはありませんので、安心してまずはご相談ください。



竹田総合病院 院長
本田 雅人 先生

日本整形外科学会専門医、日本整形外科学会認定医、日本整形外科学会脊髄神経病医、日本脊髄神経病学会脊髄神経外科指導医、日本家庭医療学会専門診療指導医



あなたの関節は大丈夫？
その痛み、どのくらい続いていますか？

電話無料相談 ☎ 0570-783855 お気軽にお電話ください
【平日10:00~17:00】

https://www.jinko-kansetsu.com/ 人工関節ドットコム 検索