

我慢は
禁物!

あなたに合った治療法を見つけて

膝や股関節の痛みは 早めに専門医に相談を

膝や股関節のつらい痛みの治療法について、
北水会記念病院整形外科の黒坂健二先生にお話を伺いました。

膝が痛む原因とその治療法

代表的な病気は「変形性膝関節症」です。膝の軟骨がすり減り、骨同士がぶつかることで変形や痛みを生じるもので、50〜70歳の女性に多く発症します。また「関節リウマチ」や「大腿骨内顆骨壊死症」、体重増加や筋力不足も関節の痛みを引き起こします。日常生活に不自由を感じ始めたら、早め

に整形外科を受診しましょう。軟骨が残っている場合、運動療法や鎮痛剤や注射などの保存療法から行い、改善が見られない場合は手術を検討します。変形が比較的程度で、年齢が若く活動性が高い方は、骨を切って関節の体重がかかる位置を調整する骨切り術という方法があります。変形の程度が強くと日常生活が困難な場合は、関節の傷んだ部分を取り除いて人工関節に置き換える人工関節置換術が適応になります。

股関節が痛む原因とその治療法

代表的な病気は「変形性股関節症」です。「臼蓋形成不全」という疾患から発症するケースが多く、日本人の女性に多い疾患で、30〜60歳から症状が始めます。加齢や体重増加、「大腿骨頭壊死症」「関節リウマチ」なども原因となります。

膝関節と同様に軟骨が残っている場合は保存療法から行い、改善が見られない場合は手術を検討します。年齢が若く、軟骨が残っている場合は骨切り術を行います。かぶりの浅い寛骨臼の一部を切って回転させて、骨頭を十分に覆うように調整します。また、臼蓋形成不全がなく、軟骨が残っている例では関節鏡での手術も増えてきています。変形の程度が強い場合は人工関節置換術を行って痛みを軽減し、歩行能力を改善します。

人工関節置換術の進歩と退院後に ついて

手術前に撮影した画像をコンピューターに取り込み、3次元で患者さんの骨の形状に適した人工関節の選択と手術計画を行います。手術には、人工関節を正確に設置するナビゲーションシステムを使用する施設が増えていきます。正確な人工関節の設置は術後の成績を向上させ、人工関節の耐久性も高まるといわれています。

筋肉をなるべく切らない最小侵襲手術を行うことで、以前に比べて早期の機能回復や社会復帰が可能になりました。股関節周

りの筋肉を温存できるので、術後の合併症である人工関節の脱臼リスクの対策にもなります。

入院期間は術後のリハビリを含めて2週間前後。退院後は転倒に気を付けながら、たくさん歩くことで筋肉量が増えて関節が安定していきます。なお頻度は低いですが、術後の合併症に人工関節の感染やゆるみ、摩耗、脱臼、血栓症などのリスクがあります。人工関節と長く付き合っていくためにも、術後は定期的に通院しましょう。

痛みがある場合は早めに専門医を受診し、痛みの程度やライフスタイルに合った治療法を医師とよく相談し選択してください。



医療法人社団 北水会
北水会記念病院

茨城県水戸市東原3-2-1
☎029(303)3003
<https://hokusukai-kinen.jp/>

黒坂 健二 医師

北水会記念病院 整形外科
日本整形外科学会認定
整形外科専門医

