

整形外科よりお知らせ

病院長 武藤先生が 人工関節、関節痛の情報サイト
「人工関節ドットコム」よりインタビューを受け掲載されました。

膝の痛みによる悪循環を断ち切りましょう ご自身の状態を確認するために専門医に ご相談ください



膝が痛くてもなかなか整形外科への受診をためらっている方が多いようです。しかし、膝の痛みを我慢すると、膝だけでなく、腰や股関節、さらには心の病にも影響が出てくるようなことがあります。横浜鶴ヶ峰病院 武藤治先生に膝が痛くなる原因や、術後の痛みの管理が進歩している人工関節置換術など様々な治療法などについてお話いただきました。

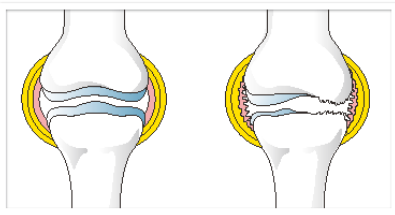
武藤 治 先生 医療法人順正会 横浜鶴ヶ峰病院病院長・理事

ドクタープロフィール

取得資格：日本整形外科学会整形外科専門医、日本整形外科学会脊椎脊髄病医、日本スポーツ協会公認スポーツドクター、日本整形外科学会運動器リハビリテーション医

中高年の方に多い変形性膝関節症について教えてください

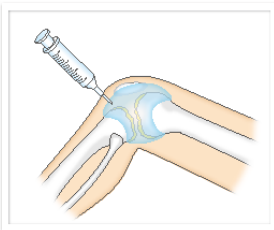
中高年の方の場合、膝が痛くなる最も多い疾患は、膝に荷重がかかり半月板が損傷し軟骨がすり減り、膝関節の変形が進んでいく変形性膝関節症です。特に高齢女性に多く、肥満の方や肉体的労働をされている方にも多く見られます。膝の軟骨がすり減るということを目にした方も多いかと思いますが、しかし、いきなり軟骨がすり減るわけではありません。最初に、加齢性変化による半月板の劣化で膝関節の不安定性が始まり、その後、軟骨がすり減り始め、その摩擦粉によって、関節内で炎症を引き起こし膝に水が溜まったり痛みが出てきたりします。



正常な膝(左)と炎症の起る膝(右)

変形性膝関節症の治療法について教えてください

変形性膝関節症の治療は、まずは早期に痛みを取ってあげることが大切です。患者さんの症状に合わせ、湿布や注射、飲み薬などの痛み止めを処方しながら、筋力を強化するトレーニングや日常生活の見直しも行っていただけます。普段の日常生活でも痛みが強い場合は、ヒアルロン酸の関節内注射を行うことがあります。ヒアルロン酸の関節内注射で十分な効果がみられない場合は、患者さんが希望されればPRP(多血小板血漿)療法と呼ばれる再生医療を行うことがあります。



ヒアルロン酸注射

手術を考えたほうが良いタイミングはあるのでしょうか？

筋力トレーニングなどの保存療法を続けても症状が改善しないことがあります。日常生活動作だけでなく、夜寝ている時など安静にしても痛みが出る変形性膝関節症が末期の方の場合は、手術も治療の選択肢となるこ

とがあります。しかし、手術は誰も受けたくないもので、手術を受けたくないという選択をされれば、医師はその選択を一生懸命応援します。けれども、膝の状態が改善したわけではないので、膝が痛むとそれをかばって腰を曲げて歩くようになるなど、膝だけでなく腰や股関節など他の関節や全身状態に影響を与えることがあります。

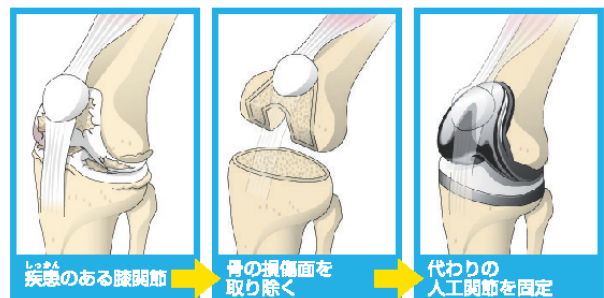


人工関節置換術とは、どのような手術なのですか？

一般の方は人工関節の手術があることは認知されているかもしれませんが、患者さんの膝の状態や骨の大きさに合わせ、膝関節の骨の表面だけを人工関節に置き換えるということはあまり理解されていないかもしれません。人工関節の手術は、傷んだ部分の骨を取り除き、骨の表面に金属やポリエチレンでできた人工関節を被せ、骨同士が直接ぶつからないようにして痛みを軽減させる方法です。

手術を受ける方は、脚の形がO脚に変形されている方が多いのですが、人工関節に均一な荷重がかかるように脚の形のバランスも整えます。人工関節の手術は痛みが軽減できることが大きなメリットですが、それだけでなく、歩き方が変わったり、脚の形が健常ようになったことを周りのお友達に褒めてもらったりすることも、患者さんの満足度につながっていると思います。

人工関節置換術の流れ



武藤先生から、膝の痛みに悩んでいた、困っていたりする方へメッセージ

膝に痛みがあれば、まずは整形外科を受診いただき、正確な診断を受けて欲しいと思います。テレビや雑誌など巷には様々な情報があふれていますが、中にはご自身の状態に適していない運動療法や治療法などが含まれていることがあります。整形外科では、痛みやその方の状態に合わせた運動療法などをカスタマイズして指導することもできます。受診を控えることで、痛みが増すだけでなく、膝以外の股関節や脊椎など他の部分が悪化したり、心の病が生じたりすることがあります。膝だけでなく、全身状態に問題ないかを確認するためにも、痛みをあまり我慢し過ぎず、お気軽に専門医にご相談ください。