平成 28 年 10 月 1 日付 リビング京都(東南)

メディカル勉強会 「変形性膝関節症」が掲載されました。

> イレでしゃがむのがつら 膝が痛み、正座や和式ト き始めや階段の昇降時に のが変形性膝関節症。動 味の女性に多く見られる

の対処でその場をしのい

ます。多くの人は自己流 変形(特に0脚)が進行し 軟骨のすり減りや関節の

でいるかもしれません

が、数日間痛みが続くよ

く、徐々に活動性が奪わ

ーマ:変形性膝関節症

中高年の、特に肥満気

て発症し、加齢とともに

膝の痛みは早めに専門医に相談 それぞれの状態に合わせた治療法を



久野病院 整形外科副部長 梶川佳照先生

京都府立医科大学卒業。宇治武田病院、京都第二赤十字病院などを経て現職に。膝関節外科・スポーツ外科



歯にする必要はないです

設を備えたケアミックス ます。回復期リハビリ施 導、アドバイスしていき

の治療に例えれば、部分 いうのが現状。でも、歯 換術」は8%程度のみと

法士がマンツーマンで指 取り戻すために、理学療

スを受け、十分に納得し 診して、適切なアドバイ 形外科の膝の専門医を受

た上で、治療に臨むとい

、れ歯で済むのに総入れ

全置換(左)と部分置換(右)

ります。これらを3カ月 ほど続けても痛みのコン

持って生まれた0脚など 膝への負担、あるいは、 筋力低下や過体重による れていく慢性疾患です。

ることをすすめます。

てください。正しい診断

うなら整形外科を受診し

の元に適切な対策を講じ

人工膝関節置換術例

に、変形性膝関節症の原因とさまざまな治療法を聞きました。 自己流の対処で我慢しないで まず保存療法で痛みをコントロール

は痛みはなかなか治まらない…。 膝の専門医・梶川佳照先生 も面倒で、ますます運動不足。市販の湿布やサプリメントで

膝が痛くて歩きづらいから外出できない、買い物に行くの

状態なら、肥満解消など 変形性膝関節症が診断で すし、進行の予防にもな 存療法で痛みが改善しま や靴の中敷き)、薬物療 指導、装具(サポーター 生活習慣の見直しと運動 ます。関節変形が少ない きるようになりつつあり 法(内服や注射)などの保 になります。コバルトク 足度が非常に高いです。 ツ復帰も目指せるため満 す「骨切り術」などの関節 部を切って真っ直ぐに戻 進んでいなければ骨の一 再建術」。O脚があまり 工膝関節置換術」が適応 温存手術があり、スポー 鏡を用いて行う「半月板 傷んでいる程度なら関節 法があります。半月板が 変形が強い場合は「人

手術にもいろいろな方 工関節にする「全置換術」 える「部分置換術」の2つ と、一部分だけを置き換 も、自分の関節を全部人 討してほしいですね。 みで、買い物やバス旅行 ロム合金の金属とポリエ ないと困っている人に検 などやりたいことができ ための最終手段。膝の痛 す。これは、痛みを取る チレンで膝関節の傷んだ 表面を置き換える方法で 人工膝関節置換術に

> 手術の前も後も大事なリハビリ 健康寿命を延ばすために

の方法があります。しか 置換術のうち、「部分置 行われている人工膝関節 し実際には、日本国内で 常の生活に必要な動きを いえリハビリは、特別な 効果に直結します。とは 本人の「歩きたい」という トしますが、必要なのは かけて歩く練習をスター は、特に大事なプロセス 運動ではありません。日 意欲。これがリハビリの の翌日には全体重を足に になります。普通、手術 手術前後のリハビリ れます。 うのが理想といえます。 リハビリをじっくりと行 を定めた上で手術前後の すればよかった」といわ よかった」「もっと早く んどの人は「手術をして すための手術です。ほど 切り術は健康寿命を延ば 病院で、しっかりと目標 症状が軽いうちに、 人工膝関節置換術、 骨

が曲がってうまく歩けな トロールができない、膝 い時には手術療法の選択

関節鏡視下手術、骨切り術 人工膝関節手術には2つの方法

ね。人工膝関節置換術も をかけない低侵襲な方法 分置換術」はそれにあた を用いるということ。「部 は、できるだけ体に負担 残したいですね。 同様で健康な部分はぜひ 手術の基本的な考え方 ます。 考えることが大切と考え の状態に合った適切な方 必ずしも「全置換術」を行 るでしょう。全ての人に はアドバイスし、一緒に 法を選択できるよう医師 うのではなく、それぞれ