

# ひざや股関節の痛みにお悩みの方へ

年齢と共にひざや股関節が痛くなってくるのは仕方ないと、そのままにしてしまいませんか。  
早めに整形外科を受診することで治療の選択肢は広がります。  
整形外科領域のエキスパートの鈴木克侍先生と金治有彦先生に話を伺いました。

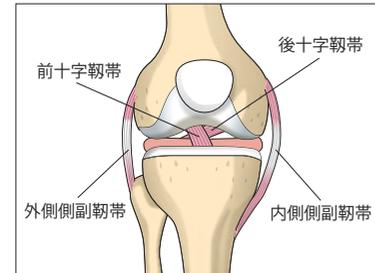


藤田医科大学  
岡崎医療センター病院長  
**鈴木克侍先生**  
日本整形外科学会  
整形外科専門医



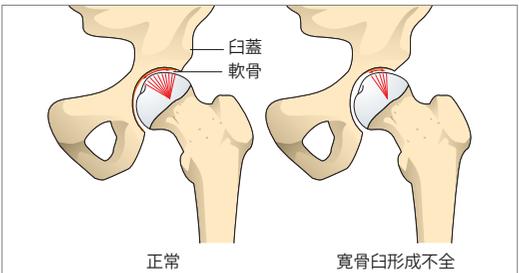
ひざが痛む主な原因と症状を教えてください。

ひざの痛みは基本的に加齢現象です。また日本人は骨格としてO脚の方が多く、構造的な問題も原因のひとつとして挙げられます。それを悪化させる要因としては体重過多や筋力の低下、損傷など。ひざを支える4つの靭帯が緩んで不安定になることで摩擦が起きることも悪化の原因になります。それによりひざの関節周囲の組織が徐々に壊れてい



変形性股関節症の主な原因と症状を教えてください。

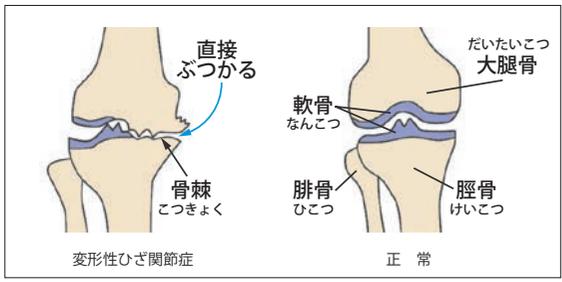
変形性股関節症の原因のほとんどが骨形態の異常です。特に日本人の女性に多いのが、寛骨臼形成不全という被覆が小さいことで股関節が不安定になる疾患です。股関節の痛みは人によって感じ方が違い、鼠蹊(そけい)



藤田医科大学  
岡崎医療センター  
ばんだね病院  
整形外科  
**金治有彦先生**  
日本整形外科学会  
整形外科専門医



くのが変形性ひざ関節症の始まりです。初期の症状は立ち上がりや歩き始め、長時間歩いた後や階段の昇降時に痛くなることが多いです。

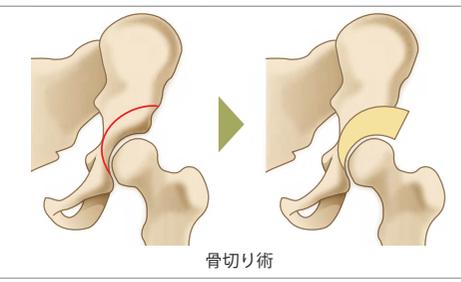


保存治療の中心はご自身で行なう筋力訓練と体重調整です。痛みがあるとトレーニングが辛くなるので、鎮痛剤やヒアルロン酸といった治療も並行すると思います。ひざに限らず、すべての関節を一日一回以上最大可動域まで動かすことが健康寿命を伸ばすための重要な鍵となりますので、日常に取り入れるといいでしょう。さらに進行し、片側の軟骨だけがす

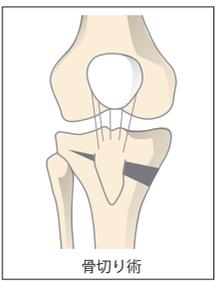
部周囲の痛みだけでなく、中には腰やひざ、または坐骨神経痛のような股関節以外の痛みを訴える方がいて、どちらが主体の痛みなのか診断するまでわかりません。疑わしい関節の痛みがあれば、股関節疾患を疑って早めに整形外科を受診していただくとうれしいでしょう。

早期診断にメリットはありますか？

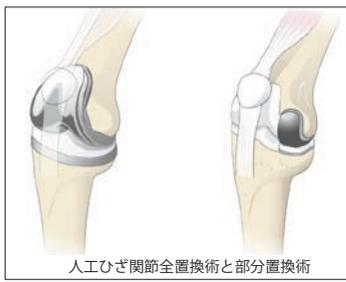
早期に受診することで治療の選択肢が広がります。関節を温存する治療としては、運動療法や痛み止めの注射などの薬物療法、APPS(自己タンパク質溶解)療法やPRP(多血小板血漿)療法といった再生医療



り減った場合は骨切り術が、靭帯や半月板が痛んでいる場合は関節鏡視下手術といった侵襲の少ない手術を選択することもできます。



さらに進行した場合は人工ひざ関節置換術が適用されます。数年前から整形外科領域に手術支援ロボットの導入が進み、人工関節置換術の精度も高まっています。



手術支援ロボットを使用した人工ひざ関節置換術とはどういったものですか？

人工ひざ関節置換術とは、大腿骨と脛骨の悪くなった表面や軟骨と一部

も適用できます。また早期であれば侵襲の少ない関節鏡視下手術や関節を温存できる骨切り術など、いろんな治療法があります。ですが中には、痛みを感じない、または我慢強いために症状がかなり進んで軟骨がなくなってしまう方もいらつしやいます。その場合には、人工関節置換術が適用になります。

近年では人工関節の材質や手術方法の進歩などにより長期成績が良くなり、人工関節置換術は患者さんの満足度も高い手術方法のひとつとなっています。



進歩した人工股関節置換術とはどういったものですか？

人工股関節の手術方法にも様々な手法がありますが、現代ではMISという、できる限り皮膚と筋肉を切らず、関節包

の骨を切って、人工関節を設置する手術です。人により病気の進行の度合いや骨格の違いがあるので、手術の内容はカスタムメイドになります。そこで医師が術前にデザインした手術計画に合わせて手術支援ロボットがサポートしてくれます。人工関節は設置の角度がわずかに違うだけでも、術後の痛みの取れ方やリハビリの進み方や筋力の回復度などに影響を与える可能性もあります。また最近では術前から術後までの疼痛管理が飛躍的に進歩して、術後の患者さん満足度が上がっています。

ひざの痛みにお悩みの方にメッセージをください。

ひざは人間が二足歩行で歩くための大事な関節です。痛みを感じたら専門医を受診し、ステージに合わせた治療を受ける。それが健康寿命と生命寿命の差を縮めることにもつながりますので、早めに整形外科を受診して治療の選択肢を広げましょう。

最近ではそのMISの手術方法にも手術支援ロボットが導入されるようになりまし。手術支援ロボットによって人工関節の設置に適した角度を最小限の誤差でモニターに示し、ロボットアームがあることで手ぶれの影響がなくなり、MIS手術における正確性がかなり高まりました。これまでは実績のある医師しか実現できなかった手術の精度が、手術支援ロボットを使用することで一般的なものになっていくはずですよ。

股関節の痛みにお悩みの方にメッセージをください。

特に高齢の方は運動器の病気や怪我を放置すると要介護の状態にもなりやすく、生活の質が落ちてしまいます。異変があれば早く医療機関を受診して、適切な治療を受けてください。

