

南東北グループ 医療法人財団 健貢会

総合東京病院通信

2018.3

Vol. 65

南東北グループ 医療法人財団 健貢会

総合東京病院通信 Vol.65

●平成30年3月発行

●編集・発行 / 総合東京病院

〒165-8906 東京都中野区江古田3-15-2 TEL. 03-3387-5421(代)

特集

ひざの気になる痛みと 変形性膝関節症の関係

総合東京病院
整形外科医長

小島 啓

「階段の昇り降り」や「正座をする時」にひざが痛い、最近ひざに「腫れ」が見られる場合、変形性ひざ関節症が疑われます。この疾患は早い人で40代頃から初期症状が見られるようになり、歳を取るごとに患者数が増えていきます。

今回はひざの痛みの原因や進行別の症状、その治療法について分かりやすく説明していきたいと思えます。

変形性ひざ関節症ってどんな病気？

日常生活を送るうえで起こるひざの

痛み。この原因の多くは変形性ひざ関節症と言われ、40歳代から徐々に増え始めます。特に女性に多く見られ、60歳代では女性の約40%、70歳代になると女性の約70%がこの病気にかかっていると言われています。

主な症状は、ひざの痛みと水がたまることです。初めは椅子から立ち上がった時や歩き始めなど動作を開始する時に痛みます。その痛みは休めばとれます。進行が進むと正座や階段の昇り降りが難しくなります。末期の症状では、

進行度別の症状

初期	立ち上がった時や歩き始めた時にひざが痛むが、休むと痛みが治まる
中期	正座、階段の昇降が難しい
末期	ひざの変形（O脚に変形）が目立ち、ひざを伸ばすことができず歩行も困難



PET-CT装置

PET-CTがんどック予約受付中

「PET-CTがんどック」 ※総合東京病院の来院申込者

通常料金 108,000円 ⇨ 優待料金 **86,400円(税込)**

※「脳検査」を追加の場合は、108,000円(税込)になります。

詳しくは、予防医学課へ

☎03-3387-5462 受付時間 / 月～土(日・祝除く)
AM 9:00 ~ PM 5:00

特集 ひざの気になる痛みと変形性膝関節症の関係

休んでいるときでも痛みが治まらず、ひざの変形が目立つようになり、ひざがピンと伸びなくなって歩くことが困難になります。

ひざが痛む原因は？

この病気はひざ関節の軟骨が傷つくことで、関節に炎症が起こり痛みが生じます。進行すると軟骨が傷むと動かしたときの衝撃が吸収できなくなり非常に強い痛みが起きます。

原因はひざ関節の軟骨が老化することで起こることがほとんどです。軟骨が年齢とともに弾力性を失い、関節の使いすぎによって軟骨がすり減っていきます。やがてひざ関節が変形します。その他に、肥満や遺伝子的な要因、それに加え、骨折、半月板損傷や靭帯などの外傷の後遺症として起こることがあります。

どう治療するか？

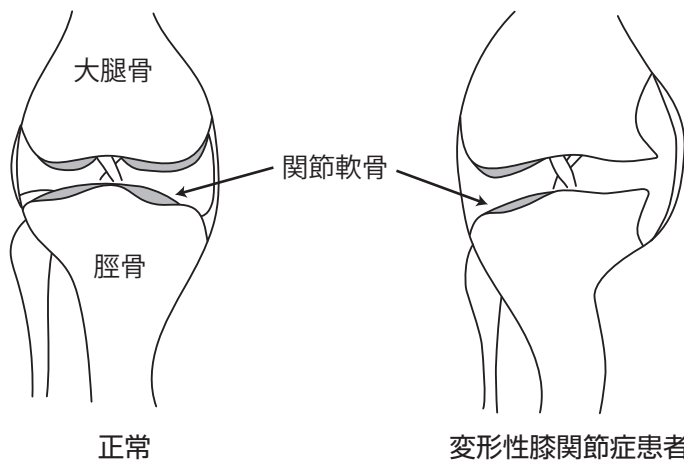
変形性ひざ関節症が進行すると痛みのために歩行が困難になり、脚の筋肉が衰えてしまいます。また軟骨は一度壊れると元に

戻ることはありません。そのため、早期に治療を開始することが大切です。

診察は、触診によるひざ内側の圧痛の有無、腫れ、O脚変形などの有無、関節の動きなどを調べます。そしてX線検査で診断を行います。必要に応じてMRI検査をすることもあります。

治療においては、初期の場合、痛み止めの飲み薬や湿布などを使ったり、関節のなかにヒアルロン酸の注射を行います。またリハビリテーションで関節の可動域を改善する訓練や筋力訓練などを行います。

以上のような治療でも改善が見られない場合は、手術を検討します。関節鏡視下手術は、小さなカメラをひざの中に入れて関節の内部を観察し、軟骨のけばだった部分を切除します。小さな穴を数か所開けるだけなので患者さんの負担も少なく入院の期間も比較的短くすみます。その他、一方の関節面に負担がかからないように骨の一部を切除する高位脛骨骨切り術や壊れてしまったひざの関節を取り除き、金属やプラスチックでできた人工の関節に取り替える人工膝関節置換術などがあります。



(左図) 関節軟骨がすり減ることで骨と骨の間が狭くなり、やがて軟骨のほとんどが消滅して骨と骨とがぶつかるようになります。

正常な関節と変形性膝関節症患者の関節