

# ひざの痛みについて

整形外科 大川 新吾

2021年10月から整形外科に着任いたしました大川です。今回、整形外科からは膝関節痛についてです。

膝関節痛の原因には「外傷」と「慢性疾患」があります。

今回お話をさせていただくのは、慢性疾患の代表である「変形性膝（ひざ）関節症」です。

## 「変形性膝（ひざ）関節症とは？」

経年的な変化で膝関節の軟骨がすり減り、骨も変形し、主に〇脚になり、膝関節の痛みのために生活に支障を生じることもある疾患です。

### ①「症状は？」

初期の症状は、「歩き始めの痛み」で歩いているうちに、少し改善するのが特徴です。徐々に、「階段を降りるとき」、「平地歩行時」でも痛みが生じるようになります。

急に膝が腫れて痛みが悪化したり、徐々に膝の曲げ伸ばしが難しくなってきたりします。

### ②「変形性膝関節症の治療方法」

治療方法には、手術せずに治療する「保存治療」と手術で治療する「手術治療」があります。

○「保存治療」には、痛み止めの飲み薬、湿布、関節注射、装具、リハビリテーションがあります。

○「手術治療」には、関節鏡（膝関節の内視鏡）手術、骨切り術、人工関節置換術などがあります。

- ・「関節鏡手術」は膝関節に約1cmの切開を主に2カ所に行い、関節鏡を用いて傷んだ半月板・軟骨の処置を行う手術です。

- ・「骨切り術」は〇脚になり荷重と痛みが内側に集中した脚の骨切りを行い、〇脚の変形を修正する方法です。

- ・「人工膝関節置換術」は膝関節を10数cm切開して、傷んだ骨・軟骨を切除して、人工の金属に置き換える方法です。「歯」で言えば虫歯を削って銀歯をはめる、というイメージです。傷んだ骨・軟骨がなくなるので骨・軟骨から生じる痛みは楽になるという方法です。

### ③「実際の治療の進め方」

通常、まずは「保存治療」を行います。一定期間保存治療を行っても効果が不十分な時に、「手術治療」も選択肢となります。

この「広報せら」をお読みの方の中にはすでに当院やかかりつけの医院で「保存治療」を受けておられる方も多いと思います。どの治療もなかなかよくなる方もおられると思います。ですが、「保存治療が効かない ⇒ 手術しかない」というわけではありません。これまで治療効果が少なかった方でも、保存治療の方法を組み合わせることで、症状を軽くし、活動性を回復させることができることも多いです。「変形が強いけど、手術はしたくない」という方も、是非当院の外來にご相談ください。

「手術治療」についてはどのタイミングで、どの方法を行うかは、患者さんと医師の間での相談が重要です。タイミングとしては、変形と痛みが強く、歩行が難しくなってから手術を希望される方がおられる一方で、変形が少なくても、痛みが強く手術を希望される方もいらっしゃいます。方法についても、人工膝関節置換術だけでなく、関節鏡の治療や骨切り術で改善する可能性のある方もいらっしゃいます。

皆様のご要望を聞きながら、患者さんに合った治療を行うことを心がけています。

### オンライン面会を行っています。

予約制となっておりますのでご希望の方は

公立世羅中央病院 ☎0847-22-1127へお問い合わせください。

