

身近な病気

気になる症状

「イマドキはこう治す!!」

変形性膝関節症 前編

腰痛、肩こりで悩む人は多い。それとともに多いのが「膝の痛み」で悩む人。スポーツ選手から高齢者まで悩む人は幅広い。最善の対応をするためにも、まずは膝痛を正しく認識しよう。

(医学ジャーナリスト・松井宏夫)

「膝の痛みを訴える人は多く、中高年の80〜90%は『変形性膝関節症』を疑ってよいでしょう」と、整形外科に重点を

軟骨がすり減る

まずは薬物運動などの保存療法を



丸山公院長

置いた関町病院(東京都練馬区)の丸山公院長(整形外科医)は話す。

厚生労働省の調べでは、変形性膝関節症で膝の痛みを訴える人は約1000万人。痛みのない潜在的患者を含めると何と約3000万人と推定されている。

「私は大丈夫」と思っている人も、次のような症状が一つでもないだろうか。「膝にこわばりを感じる」「動き始める時に膝が痛む」「曲げ伸ばしするときに膝が痛む」「階段の上り下り時に膝が痛む」「膝が腫れている、または熱感がある」「わずかな段差でも転びやす

い」「最近歩き方が変わってきた」――。思い当たる人は変形性膝関節症の疑いがある。

「変形性膝関節症は膝関節の軟骨がすり減ることから起ります。膝関節は大腿骨と脛骨を結ぶ関節。2つの骨が直接ぶつからないように骨と骨の先端部は厚さ2〜3ミリの関節軟骨でできています。その軟骨が加齢で弾力性を失い、すり減っていくと関節炎が起ります。すると発痛物質が作られて痛みが出てきます。原因で最も大きいのは加齢ですが、肥満やハードなスポーツも原因になります」

変形性膝関節症と診断がつくと状態に合わせて治療が行われる。大きく分けると「保存療法」「手術療法」である。



治療用の膝装具

す。この装具は3次元的動きができ、付き添いの人に支えられないと歩けなかった人が、受診時にそれを装着すると、一人で歩いて帰られます。また、この装具を着けてゴルフを楽しんでいる高齢の患者さんもおられます」

保存療法の効果がなければ、MRIなどで精査を行った上で初めて手術療法になる。

「手術だからといってもすぐに人工関節にするのではありません。その前に、悪くなった軟骨部分を内視鏡で取り除き、正

保存療法には

「薬物療法」「運動療法」「減量」

「足底板」「装具」などがある。

状態に合わせて対応していく。

関節液が過剰であれば関節液を

抜き、炎症で痛みが強いとステロイド薬で抑えたり、関節内にヒアルロン酸の注射をしたりする。それとともに運動療法や肥満の人は減量をして膝への負担を減らす。中等度以上のO脚には膝装具が効果的。

「私がアドバイザーをしている『術愛トリノ』が開発した膝装具は患者さんの脚のサイズに合わせてのオーダーメイドで

常な自分の軟骨を移植する手術を内視鏡を使って行う『鏡視下骨軟骨移植術』など、様々な手術で対応します。そのような低侵襲手術では対応が困難な状況になって、初めて人工関節に置き換える『人工関節置換術』となります。保存療法が駄目ならすぐに人工関節という判断はすべきでないと思います。人工関節を入れるともう後戻りはできないのですから。私はそう考えて患者さんに向き合っています」

丸山院長の治療に取り組みポリシーは多くの患者に支持されている。(来週掲載の後編では変形性膝関節症の効果的な予防法を紹介します)