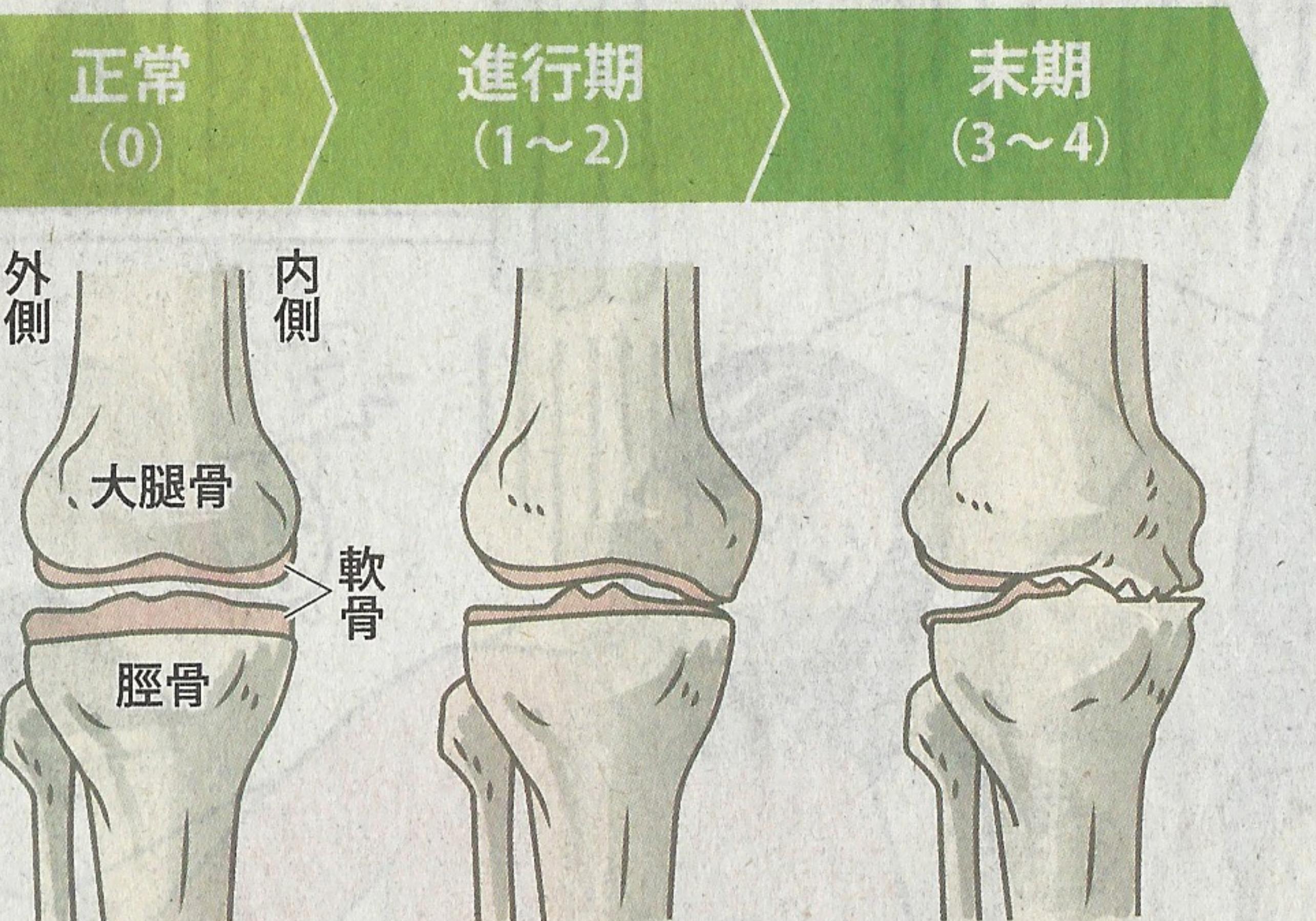


らしナビ 医療・健康

変形性膝関節症の進行度と治療法



所見	軟骨がすり減り隙間が狭くなる	隙間がなくなり骨のとげが増える
症状	動くと痛む・正座しにくい・水がたまる	じつとしても痛む・歩行困難
治療法	薬や装具を使った保存療法、再生医療、手術療法	人工膝関節置換術などの手術療法

※進行度は0～4の5段階

約3時間の手術を受け、2週間ほどで退院した。術後2ヶ月続いた強い痛みは、3カ月を過ぎると消えた。人工膝関節では正座や激しい運動が制限されるが、術前からやつていた太極拳や術後に始めた筋力トレーニングで、自転車にも乗れるようになった。

桑沢医師は「人工膝関節の寿命は15年程度とされてきたが、摩耗や腐食がしにくく、新素材の開発とロボット導入などによる手術技術の向上で、より長持ちする可能性がある」と説明する。

女性ホルモン減少も原因に

女性の カラダノート

膝の病気 下

音で分かる進行

変形性膝関節症には、加齢や肥満、運動不足で引き起こされる「一次性」と、過去にスポーツなどで関節内の靭帯や半月板を損傷したことによる「二次性」がある。患者の大半が一次性で、女性は加齢に伴う女性ホルモンの減少で軟骨が再生されにくくなり、関節を支える筋力も弱いため発症しやすい。

進行度は、関節を構成する大腿骨と脛骨の間の隙間の狭さや骨の変形の程度によって0～4の5段階で診断される。治療は主に、薬や装具で痛みを緩和する保存療法、患者の血液から抽出した成分を注射し炎症を抑える再生医

早期発見の目安は、椅子に腰掛けて膝に手を当てながら屈伸した時に感じる膝の音。大腿骨などを覆う軟骨は加齢と共に硬くなり、亀裂が生じる。すり減った軟骨のかすで炎症が起こり、関節液が大量に分泌されて「水がたまる」状態になる。進行すると骨の接合面が肥大してとげのようにとがつたり硬くなったりする。「ポキポキ、ギンギシ」という音から始まり、水がたまるとき音がなくなる。進行すると「ざらざらした感覚に変わる」のだという。

米国の医療機関が昨年発表した調査では、51～70歳の男女約3500人のうち、「膝を動かした時に音やきしみを感じたことがあるか」という

医師は「高齢だと諦め、歩けなくなるほど重症化してから来院するケースが多い。人工関節を動かすにはある程度の筋力が必要なので、早い段階の手術が望ましい」と話す。

人工膝関節置換術には関節全体を置き換える全置換術と、機能している靭帯を残し関節の傷んだ部分のみ切除する部分置換術がある。部分置換術は自然な動きが再現され回復も早いが、精度の高い技術が必要なため実施件数は全置換術の1割強にとどまる。

約3年前に右膝の全置換術を受けた埼玉県の主婦、山田美保子さん(78)は「手術後に足が突つ張つたりした友人がいて不安があつた」が、就寝時にも痛むようになり決断。

女性の カラダ ノート

膝の病気 下

療、人工膝関節置換術などの手術療法がある。整形外科医の丸山公^{こう}・関町病院（東京都練馬区）院長は「変形は40代から始まる。早く対処すれば手術せず簡単な治療で済む」と注意を促す。

一方、年300件以上の人
工膝関節置換術を実施する埼
玉労司疗完関節台療セントラル

膝の病気で最も多いのが、関節内の骨が変形して痛みなどが生じる変形性膝関節症だ。40歳以上の女性の約3人に2人が患者との推計もある。「膝の病気」編の後半は、変形性膝関節症の原因と治療法に迫る。

た人は、「ない」人に比べて3年後の発症数が約3倍だった。保存療法が効かないほど重症化した場合に手術が検討されるが、丸山院長は「感染、人工膝関節置換術などの手術療法がある。整形外科医の丸山公^{こう}・関町病院（東京都練馬区）院長は「変形は40代下