

荻窪病院だより

医療法人財団 荻窪病院 広報誌

2018年7月1日発行

発行責任者:村井 信二

企画/編集/印刷 地域連携室

〒167-0035

東京都杉並区今川 3-1-24

代表 TEL:03-3399-1101

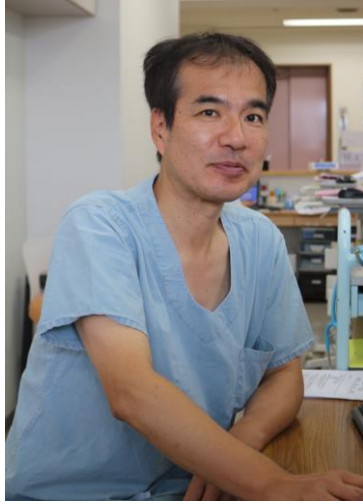
地域連携室直通:03-3399-0257

進化する変形性膝関節症の治療！ 膝の痛みは我慢せず、適切な 手術・治療でいつまでも歩ける脚に

歩くとズキンとくる膝の痛みに悩む方は多いでしょう。今回は加齢などが原因でおこる変形性膝関節症の治療について、膝関節センター長の森山医師に話を聞きました。

他の関節よりも 大きな負担がかかる膝関節

膝関節は大腿骨（太ももの骨）、脛骨（すねの骨）、膝蓋骨（お皿のほね）で作られています。関節の表面には骨を守るために軟骨があり、強く負担のかかる大腿骨と脛骨の間にはさらに半月板というクッションがあります。



森山 一郎 膝関節センター長

今年の4月に赴任の森山センター長。整形外科医を志したのは、小学校から大学まで続けたサッカーでのケガで整形外科にかかることが多かったから。これまで約1500例の人工膝関節置換術を行っています。

加齢により生じやすい 変形性膝関節症

このように膝関節はとても負担のかかる関節なので、年齢とともに軟骨や半月板が少しずつすり減っていきます（関節軟骨や半月板は髪や爪とは違い再生はせず生ま

立っているときは、体重による垂直方向の圧縮力だけが関節軟骨にかかりますが、歩き始めると、大腿骨は脛骨の上をこすれあうように転がり、すべり、回旋します（せん断力）。膝関節には圧縮力だけでなくこのせん断力が大きくかかるのが特徴です。私たちの体重を支えている関節には膝のほかに股関節や足関節などがあります

が、これらの関節は骨の組み合わせが非常に安定した構造で、大きな力を受けても、膝のようにせん断力はあまりかかりません。歩いているときで膝関節には体重の3〜8倍、階段の上り下りではその何倍もの力がかかっています。

れ持ったものを一生使います。次に大腿骨や脛骨の骨が傷んでいき、膝の動きに支障が生じる状態が変形性膝関節症です。膝は内側で体重を支えていますので通常内側から変形が生じ、痛みも内側に強く出ます。体重が重い方、重労働をされている方、もともとO脚がある方は変形性膝関節症になりやすいです。



膝関節の構造。大腿骨と脛骨の間にある半月板がクッションとなり歩行の際の衝撃を和らげている。大腿骨と脛骨は4本の靭帯により安定が保たれている。

筋力強化やヒアルロン酸注射で 改善することも

まずは膝の周りの筋力訓練、ストレッチなどのリハビリテーションをしたり、関節内にヒアルロン酸という潤滑剤を注射します。これらの保存的治療を行っても膝の痛みのために歩行が困難で日常生活に支障をきたす場合は手術が必要になります。

←裏へ

荻窪病院は
地域医療に
貢献します

理念

患者さんへ安心で信頼される医療を提供します。
職員へやり甲斐のある仕事と豊かな生活の場を提供します。

基本方針

- 1.急性期医療に全力で取り組み、地域社会に貢献します。
- 2.個人の権利を尊重し、相互信頼に基づいた患者さん中心の医療を提供します。
- 3.豊かな人間性と優れた技能を有する医療人の育成に努め、活力のある病院づくりをします。
- 4.経営の健全化に努め、質の高い医療を地域に提供し続けます。

**手術をすることで
変形性膝関節症の痛みが治まり
歩くことが楽に**

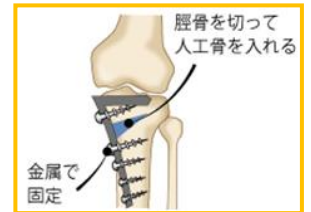
手術は大きく分けて骨切り術、人工膝関節置換術、関節鏡による半月板の手術があります。

骨切り術は下肢のつくりを変え、
○脚をX脚にする手術が多いです。
傷んでいる内側ではなく健康な外側に体重がかかるようにするので、年齢が70歳くらいまでで手術後もスポーツ、重労働をされる方に適しています。以前は脛骨の骨切りが主流でしたが、より高度な変形がある方には大腿骨の骨切りも最近始まっています。

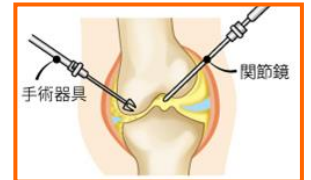
人工関節置換術はおもに65歳以上で変形が高度な方に適しています。最近ではクッションの役目をするポリエチレンも丈夫になり25年から30年はずっととされています。激しいスポーツには適さないのですが、ウォーキングに関しては毎日3キロ程度続けても大丈夫です。傷んでいる内側、または外側だけの部分置換もあります。

半月板の手術は変形が軽度で半月板に断裂がある場合に適応があります。関節内をきれいにする手術

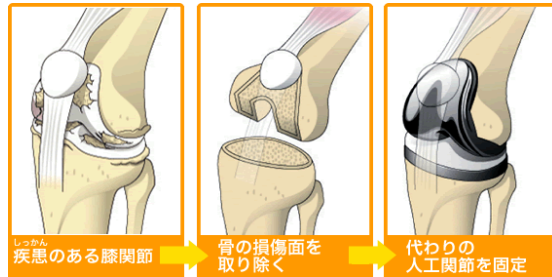
●高位脛骨骨切り術



●関節鏡視下半月板手術



●人工関節置換術



人工関節置換術の概略図。人工関節の耐久性は年々高まってきており、25~30年はずっととされている。

です。

入院期間は骨切り術は4週間前後、人工関節置換術では3週間前後、半月板の手術では5日程度です。

前にも述べたとおり関節軟骨や半月板は再生しないので、適切な治療が必要となります。治療の好機を逃さないためにも痛みは我慢せずに、受診するようにしましょう。

Ogikubo Hospital Topics

第37回みんなの健康講座
「早期発見が大切
緑内障のはなし」

今回は徐々に視野が狭くなっていく目の病気「緑内障」について、眼科の北原由紀院長がお話しいたします。ぜひご参加ください。

●日にち 8月18日(土)
●時間 15時~16時
(開場14時45分)
●会場 当院7階レストラン
●お申込み 先着80名
●地域連携室03-3369-0267

ステイブ・サックスさんの
サマーコンサートを
行ないます



昨年のサマーコンサート

7月14日(土)16時から当院の7階レストランでジャズ奏者のステイブ・サックスさんによるサマーコンサートを行います(無料)。夏の夕暮れのと時、ステイブさんの素敵な生演奏でリラックスしませんか？

杉並区・救急業務功労者の
表彰を受けました

区内の救急業務功労者に対する表彰式が6月にあり、内視鏡センター長の林量司医師とICU主任看護師が表彰されました。

当院は緊急内視鏡を24時間体制で実施しており、今回はその取り組みが評価されました。

杉並区救急業務連絡協議会主催

ホームページが
新しくなりました

病院ホームページをリニューアルいたしました。「患者さん向けページ」「医療関係者ページ」それぞれに向け細やかな情報発信をしております。スマホ対応もしておりますので、ぜひ一度ご覧になってください。

