

変形性膝関節症について

整形外科医長 川崎 俊樹

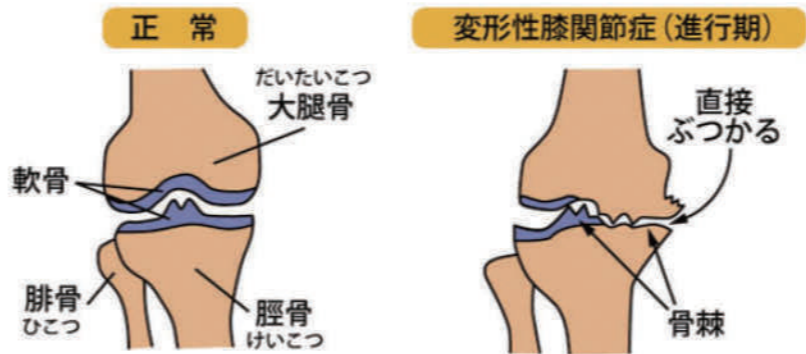
はじめに

変形性膝関節症とは、加齢により膝関節が変形して痛みや動きの制限などの症状が出る疾患です。具体的には膝関節のクッションである関節軟骨がすり減り、X線検査で大腿骨と脛骨の間のスペースが狭くなっていることを確認して診断されますが(図①)、X線で診断される前から高齢者が膝関節の痛みを自覚し



図①

た場合の多くは、この疾患を考える必要があります。他院でX



【人工関節ドットコム 整形外科治療専門サイトHP引用】

線は問題なしといわれても、体重をかけた状態で撮影するX線やMRIで変形を証明できることもあります。

疫学および原因

X線で変形性膝関節症と診断される人は日本全体で2,400万人、痛みがある人は800万人以上と推計されています。男女比は1・4で女性に多くみられます。高齢者になるほど罹患率は高くなり、65歳以上の女性ではよくある状態です。遺伝的素因(肥満など)や環境的要因(スポーツ歴、仕事、怪我の既往など)は関与しますが、普通の方が普通の生活をしていても、多くの方が年齢を重ねると罹患してしまつことが特徴です。

治療について

変形性膝関節症と診断されても、変形の程度や罹病期間、年齢など患者さんによって治療や注意点などは異なります。同じ患者さんであっても、時期によって推奨される治療は異なります。残念ながら、すり減ってしまった軟骨は再生しないため、完全に治すというよりは、良くなったり悪くなったりを繰り返す痛みと上手に付き合っていくという感覚が必要です。また変形の程度が強く、痛みが改善しない場合は手術を考慮することも選択肢となります。

1 運動

ふとももの前の筋肉(大腿四頭筋)を鍛える事、肥満であれば減量することが推奨されています。痛みがあると歩いてはいけないと考える患者さんも多いですが、適度な散歩などの有酸素運動を継続することは良いことです。ゴルフなどの趣味も可能であれば継続することを勧めています。

2 投薬

変形を予防する、軟骨を再生させることが証明されている薬剤は現時点ではありません。外用薬、内服薬、注射など様々な薬が使用されますが、痛みを緩和することが目的です。近年、特徴の違う内服薬が多く使用されるようになっており、痛みの特徴(ずっと痛いのか、急に痛くなったのかなど)に応じて上手に使う必要があります。またヒアルロン酸注射は、機械

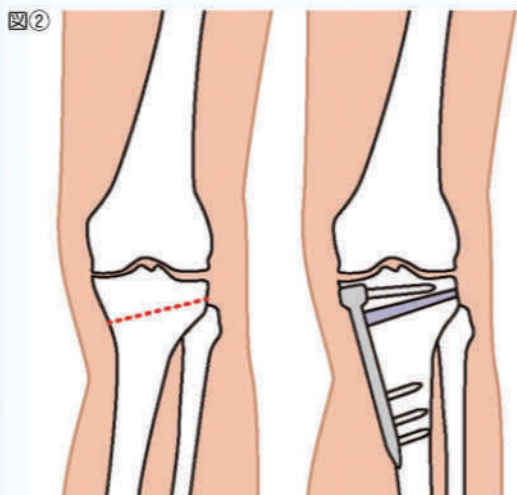
でいえば油をさすようなイメージであり、副作用が少なく有用な方法です。

3 手術

① 関節鏡手術
関節内をカメラでみながら、悪い部分を削り取るなど内部をクリーニングしてやる手術です。リスクの少ない手術ですが、クッションである軟骨は再生しないため長期的な効果はなかなか期待できません。

② 骨切り術

日本人の変形性膝関節症の約9割がO脚であり、膝



図②

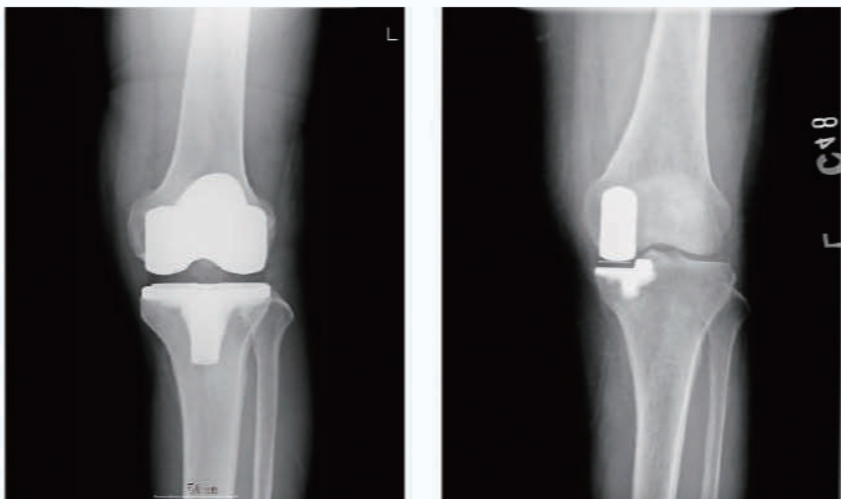
【人工関節ドットコム 整形外科治療専門サイトHP引用】

関節の内側がすり減ってきます。外側が正常に近い患者さんは骨を切つて、X脚にすること(図②)で負担がかかる場所が内側から外側に移動し、痛みの緩和が期待できます。

③ 人工膝関節置換術

骨の表面を金属とポリエチレンに置換する方法です。悪い部分(内側あるいは外側)のみ置換する部分置換術と表面全体を置換する全置換術があります(図③)。痛みについては、かなり改善することが期待される方法です。

当院では、2010年4月に人工膝関節センターを開設し、10年以上にわたり人工膝関節置換術を施行してきました。後述のURLは、2018年からの担当である私のインタビューなどが掲載されているホームページです。今回の内容より詳しく



図③

記載されていますので、ご興味のある方はご参照ください。

<https://www.kansetsu-itai.com/doctor/doc083.php>
<https://www.jin-ko-kansetsu.com/ask/268/index.html>