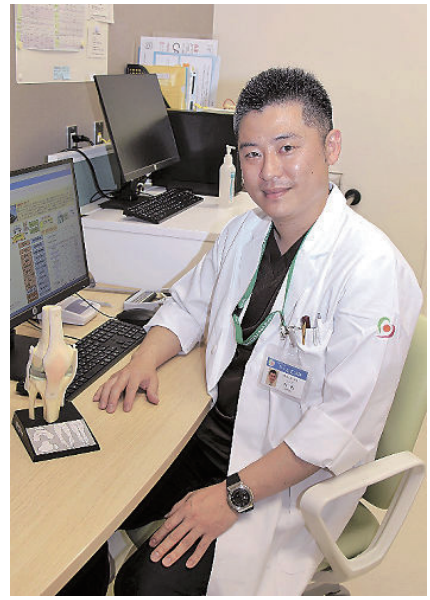
香川の医療最前線 636

高松市立みんなの病院整形外科医長 吉田雄介氏



◆よしだ・ゆうすけ　2010年香川大医学部卒。同大付属病院、兵庫県立淡路医療センター、県立白鳥病院などを経て23年4月から現職。日本整形外科学会専門医。岡山市出身。37歳。

変形性膝関節症

60歳以上女性に多く

人工関節と入れ替えも

加齢やO脚などが要因となって膝の軟骨がすり減る変形性膝関節症。症状が重くなると日常生活にも支障を来す。高松市立みんなの病院整形外科の吉田雄介医長に、変形性膝関節症の症状や手術法、術後のリハビリなどについて聞いた。

―変形性膝関節症とは。

膝関節は毎日、体重の負担を受けながら動かしており、軟骨が徐々にすり減ってくる。軟骨のすり減りは骨のすり減りにつながり、やがて関節の表面がでこぼこになってくる。それによって生じる炎症から痛みを感じるようになるのが変形性膝関節症という病気だ。

―どのような人が発症しやすい。

軟骨などは経年的にすり減っていくため、加齢が主な要因となっていることは間違いない。また、過去に膝の周辺をけがしたことがある人、若い頃に重労働に当たっていた人、体重が急激に増加した人、O脚の人などが挙げられる。一般的には、60歳以上の女性に多く見られる病気と言える。

―症状は。

階段を下りる際の痛みや正座がしにくいなどは代表的な初期症状。この状態を長く放置したままにしておくのは好ましくない。初期症状があれば、投薬や湿布などで保存療法を試みるほか、体重が増加しないよう生活指導も行う。膝を支える大腿（だいたい）四頭筋を鍛えるトレーニングも効果的だ。

―それでも改善が見られなければ。

外科的手術の人工膝関節置換術を行う選択肢が出てくる。この手術法は人工膝関節単顆置換術（UKA）と人工膝関節全置換術（TKA）に分けられる。UKAは膝の内外の片側だけ痛んでいる状態の人に適用する。一方、TKAは膝関節の表面を全て入れ替えるイメージで捉えてほしい。

―UKAとTKAそれぞれの特徴を。

どちらも膝を切開し、傷んでいる箇所を削り、人工膝関節と入れ替える点は共通している。UKAは一部を入れ替えるだけなので、手術に要する時間は1～1時間半ほど。回復が早く、術後の違和感が比較的少ない。一方、TKAは全体を入れ替えるため、1時間半～2時間程度を要する。

―リハビリについての詳細は。

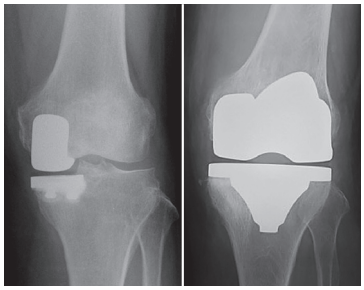
どちらも歩行訓練に始まる。UKAは2週間ほど、TKAは3週間ほどで独歩ができるようになることを目指し、退院までサポートを続けていく。膝の曲げ伸ばしなど可動域を広げる訓練も行い、UKAを受けた人の中には正座ができるようになった事例もある。

―術後にスポーツを楽しむことは可能か。

もちろん可能だ。健康寿命がますます延びている現代においては、できるだけ「普通の生活」を送ってもらうことが一番。ゴルフや卓球などであれば問題なく行える。ただ、ジャンプするような競技は担当医に相談を。

―人工膝関節の寿命は。

一般的に人工膝関節の手術をした人の約5％が術後15年で入れ替えの再手術になると言われる。セラミックやポリエチレン、医療用金属などで丈夫にできているが劣化することもあるので、半年や1年に1度は定期受診を受けてほしい。



膝関節の一部を入れ替える人工膝関節単顆置換術（左）と全体を入れ替える人工膝関節全置換術

■ 高松市立みんなの病院整形外科

２人の専門医と４人の非常勤医で、外傷や骨折などの治療をはじめ、人工膝関節置換術など幅広く対応している。

所在地：高松市仏生山町甲847の１
電　話：087（813）7171
http://www.takamatsu-municipal-hospital.jp