

D r ' s M e s s a g e

いきいき健康術 第54回

『変形性膝関節症について』

このコーナーは、町立病院・診療所の医師や専門職員がみなさんにお届けする健康情報コーナーです。今回の担当は和知診療所の大川弘樹先生。歩行や運動、階段の昇り降りなどの際、膝に痛みを感じる変形性膝関節症についてのお話です。

正 常の膝関節の表面は軟骨で覆われており、軟骨が衝撃を和らげたり、関節の動きを滑らかにしたりしています。

しかし、軟骨の磨耗がある程度すすむと、膝の曲げ伸ばしや立ち上がり、歩行時の膝にかかる負担が増加し、軟骨および半月板の変形などによる刺激により関節炎を生じることから、膝を曲げ伸ばした時の痛みにより関節の動きが制限されます。また、関節液が多量に分泌されて関節に水がたまる「関節水腫」を伴うこともあります。

このような状態を「変形性膝関節症」といいます。

大切なのは日ごろからの予防対策

現在の医学ではすり減った軟骨を増やすことができないので、出来る限り進行を防ぐために、体操で太ももの筋肉を鍛えて膝の曲げ伸ばしが悪くならないようにすることが大切です。

痛みが強い場合は、ヒアルロン酸を関節内に注射したり、鎮痛剤を飲んでいただきますが、日常生活に大きな支障がある場合には人工関節手術を行なうこともあります。

日ごろからの予防に心がけるとともに、気になる症状のある方は、近くの整形外科医にご相談ください。



おおかわ ひろき
整形外科医師 大川 弘樹先生
(和知診療所)

和知診療所情報

和知診療所では、一月十八日より午前中の診療開始時間を午前九時三十分に変更しています。なお、受付時間は従来どおり午前八時三十分から行っていますのでお間違えのないようお願いいたします。

☎ 84-1112