



RAKUWA
lecture of health

第80回 らくわ健康教室

2011年12月15日



整形外科の仕事

～ 骨・関節・神経の話 ～

洛和会音羽病院 整形外科 医員 はやし 林 えいすけ 英輔



子どもたちのために、未来へ…

洛和会ヘルスケアシステム®

洛和会丸太町病院 洛和会音羽病院
洛和会音羽記念病院 洛和会みささぎ病院

整形外科の仕事 ～ 骨・関節・神経の話 ～

整形外科では、

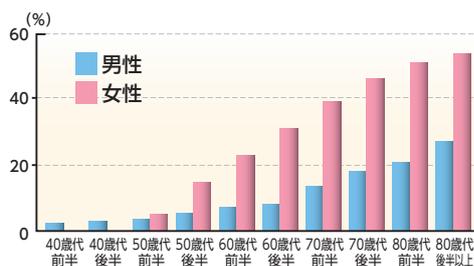
- 急性疾患：外傷（骨折や^{じんたい}靭帯損傷など）
- 慢性疾患：骨粗しょう症
脊柱管狭窄症
変形性関節症

などの診療をしています。慢性疾患の場合、痛みがあっても、機能に多少問題があっても、深刻でなければ、様子を見る人が多いのが現状です。ご自分で誤った選択や判断をしないよう、次のようなことを参考にしてください。

骨粗しょう症

骨粗しょう症とは、骨の量が減ってしまい、また、骨の微細構造も変化し、骨折を起こしやすくなった状態のことです。軽く打ったり、ちょっと転んだだけで骨折したり、転倒しなくても、ひねっただけで骨が折れることもあります。80歳代の女性では半数、男性では3割が骨粗しょう症であるといわれています。

骨粗しょう症患者の性・年代別分布



80歳代になると女性の半数、
男性の3割が骨粗しょう症

患者数は500万人から1,000万人ともいわれています。

若い人の骨量の平均を100%とすると、
骨量が

70～80%=骨量減少症

特に、喫煙、酒量の多い人、家族に
大腿骨頸部骨折の経験者がある人

70%以下=骨粗しょう症

また、軽い外傷でも骨折をした人

→ 治療の必要があります。

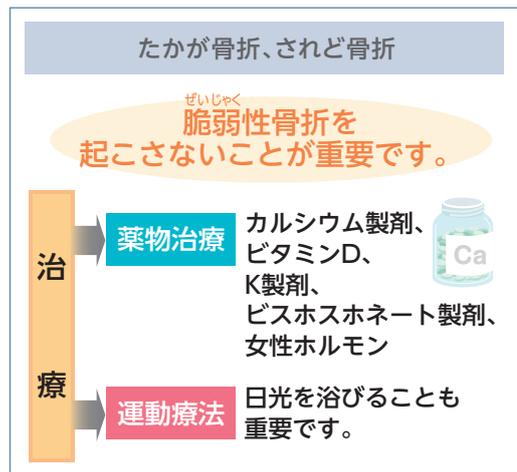
◆たかが骨折、されど骨折

骨粗しょう症になると、一番怖いのが骨折です。骨粗しょう症の人は、簡単に骨折し、そのまま寝たきりになるケースも多く、骨折後の死亡率も高くなってしまいます。骨折をしないこと、予防することが重要です。

◆骨粗しょう症の治療法

【薬物療法】

カルシウム製剤や、骨が溶け出すのを抑える薬など、最近では、骨を作る力を増強させるものもあります。



【運動療法】

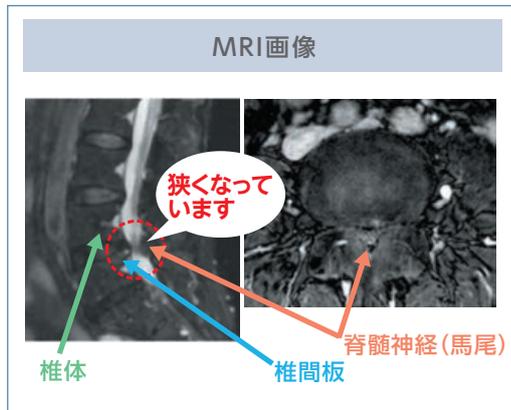
運動で骨に適度な負荷をかけることで、骨密度を保つことを助け、また、日光を浴びることで、骨を形成する作用をもつビタミンDを活性化させる。





脊柱管狭窄症

脊柱管狭窄症とは、脊柱管（脊髄神経が通る、背骨の中の管）がさまざまな原因で狭くなり、中を通っている神経が圧迫されて症状を引き起こすものです。



症状には、

- 腰痛
 - 下肢の痛み
 - 下肢のしびれ、感覚障害
 - 間欠性跛行（少し歩いただけでだるくなったり、歩けなくなったりするが、少し休むとまた歩けるという症状が繰り返される）
 - 排尿障害
 - 運動障害
- などがあります。



◆治療法

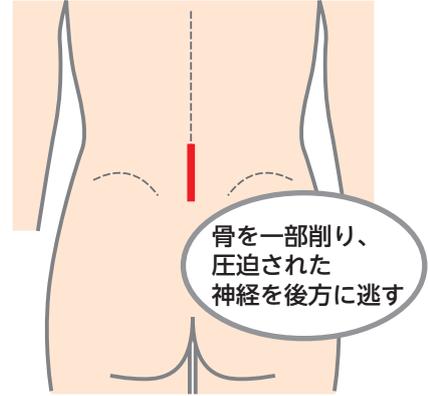
【保存的治療】

- 筋力強化
- コルセット装着（腰の固定）
- 内服薬などで痛みやしびれを軽減
- 神経根ブロック（神経周囲への薬の注射により痛みを遮断）

【手術治療】

後方除圧術といって、骨の一部を削り、圧迫された神経を後ろに逃がす方法です。術後2日から1週間で歩行を開始でき、早ければ2週間で退院できます。

手術：後方除圧術



全身麻酔

- 1カ所であれば手術は1時間から2時間
- 手術の傷跡は5cm程度
- 手術後2日から1週間で歩行開始
- 早ければ2週間で退院

①変形性膝関節症

変形性膝関節症は、膝の軟骨がすり減ってしまい、

- 朝、膝に違和感がある
- 立ち上がる時、階段を下りるときに痛い
- 歩くときに痛い
- 夜間に痛い
- 変形している

などの症状がある状態で、50歳くらいから発症が増え、700万人の患者がいるといわれています。女性に多いのが特徴です。



変形性膝関節症

膝の軟骨がすり減ってしまい
症状が起こる状態



正常

関節症

◆治療法

【保存的治療】

- 鎮痛剤や外用薬
- 大腿四頭筋（ふとももの前側の筋肉）を鍛えるなどの運動療法
- 装具療法（サポーター、足底板）
- 関節内注射（ヒアルロン酸）

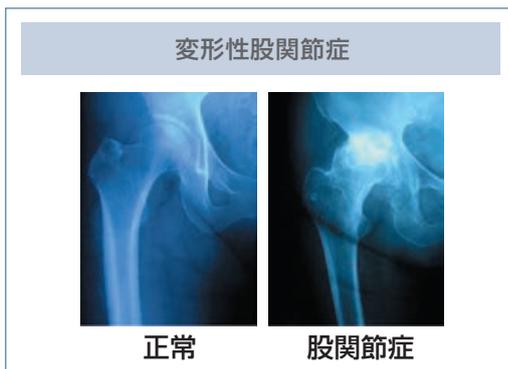
【手術治療】

軟骨がすり減った部分を人工の関節に置き換える「人工関節置換術」があります。



②変形性股関節症

変形性股関節症は、股関節を構成する骨盤の骨と、大腿骨の頭の部分の軟骨と骨が変形し、痛みを引き起こす病気です。



◆治療法

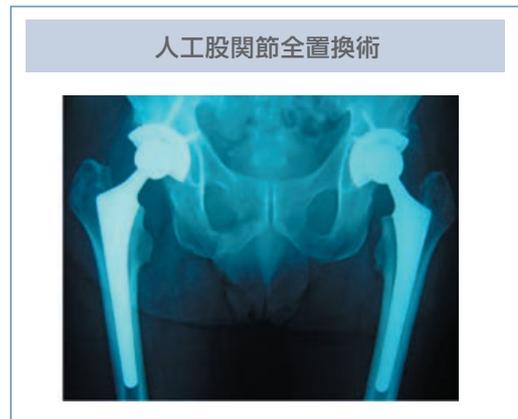
【保存的治療】

- 鎮痛剤
- 運動療法による筋力強化

上記のような方法がありますが、関節内注射は膝関節のように簡単ではないため、治療の中心は手術になります。

【手術治療】

すり減った軟骨や傷んだ骨を取り除き、金属やプラスチックでできた人工関節に置き換える「人工股関節置換術」は、痛みが消える可能性が高く、3週間程度での入院でできます。



講師プロフィール



専門分野 脊椎脊髄外科、関節外科（人工関節）

専門医認定・資格など ●日本整形外科学会専門医
●臨床研修指導医