

もっと知りたい! 人工関節

専門医に聞いてみました!



地方独立行政法人
東京都立病院機構
東京都立大塚病院
整形外科 部長

豊島 洋一 先生

【病院HP】
<https://www.tmhp.jp/ohtsuka/>

痛みで制限して生きるのではなく、 痛みなく今の生活を楽しんでほしい。



ドクタープロフィール

豊島 洋一 先生

【専門分野】

人工関節、関節リウマチ、足の外科

【休日の過ごし方】

熱帯魚の水槽の掃除

【最近うれしかったこと】

おいしいご飯を食べるとき

人工ひざ関節とはどのような手術ですか。

人工ひざ関節置換術は変形性膝関節症などによって、傷んで変形してしまった関節の表面を取り除いて、人工関節に置き換える手術です。

現在日本は高齢化社会を迎えています。平均寿命が50、60歳くらいの時代では、関節痛の悩みというのは少なかったわけですが、今は高齢であっても元気に生活できるようになりました。当然、「痛みなく、歩きたい。活動したい。」という希望が強くなっています。

その時に、人工ひざ関節置換術というのはすごく有用な方法です。既存の治療を続けても痛みが取れないと感じていらっしゃる方は、一度専門医にご相談され、人工関節についてお話を伺われることをおすすめします。人工関節自体は、この数十年の間で非常に進歩しています。高齢化社会の現在、人工関節置換術は最も大切な手術手技の1つ、だと思えます。

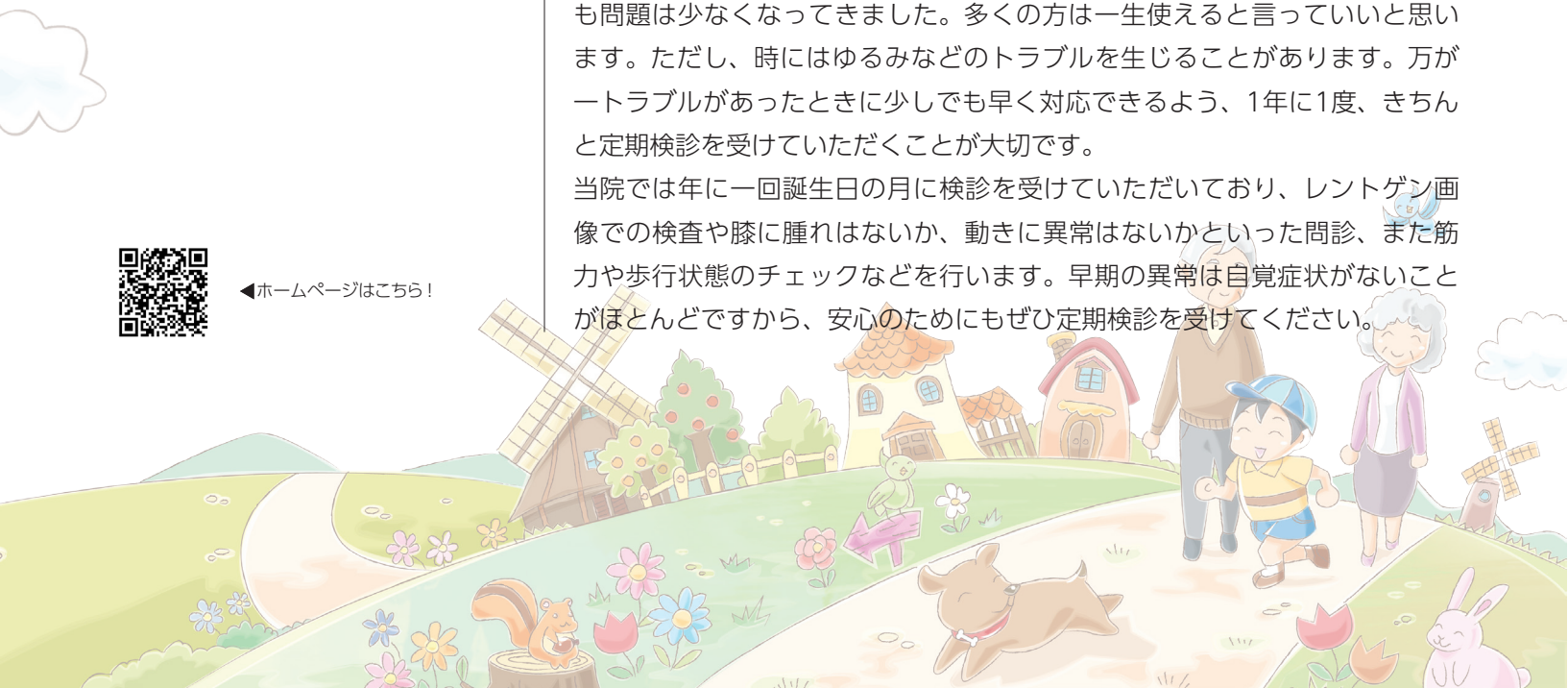
人工ひざ関節はどれくらいの寿命があるものですか。

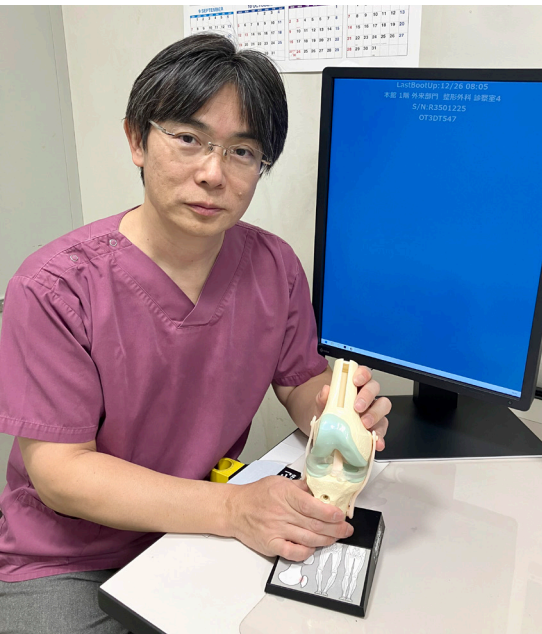
最近では人工関節に関わる技術が向上しており、膝関節では20年以上使っても問題は少なくなってきました。多くの方は一生使えると言っていいと思います。ただし、時にはゆるみなどのトラブルを生じることがあります。万が一トラブルがあったときに少しでも早く対応できるよう、1年に1度、きちんと定期検診を受けていただくことが大切です。

当院では年に一回誕生日の月に検診を受けていただいております。レントゲン画像での検査や膝に腫れはないか、動きに異常はないかといった問診、また筋力や歩行状態のチェックなどを行います。早期の異常は自覚症状がないことがほとんどですから、安心のためにもぜひ定期検診を受けてください。



◀ホームページはこちら!





手術後のリハビリと退院時期について教えてください。

手術後2日目から、理学療法士と共に歩行練習や可動域訓練を行います。そして2～3週間ほどで"つえをもって歩ける"ようになれば退院です。特に外来でのリハビリ通院の必要はありませんが、希望される方にはもちろん対応します。

人工ひざ関節置換術後につえは必要ですか。

入院中や退院される時は、つえを使うよう指導しますが、最終的に普通に歩けるようになれば、つえは不要です。ただ患者さんの中には、やはりあったほうが安心だとおっしゃる方もいますので、そのような方には使ってもらいます。人工関節を入れているから必ずしもつえが必要ということではないのです。人工関節を入れたことを忘れるような普通の生活を送っていただくことです。

人工ひざ関節置換術後に生活や趣味の制限はありますか。

基本的に人工膝関節の手術は、できるだけ元通りの生活をしてもらうこと、自分でできることは何でもしてもらうことが一番の目的であり目標ですから、あまり「これしちゃダメ」とか「こうしなさい」というのは理想ではありません。せっかく手術をされたのですから、「今まで痛みのためにできなかったことをどんどんやってください」と。それぐらい自信をもってお勧めできるようになっています。

ある程度の膝の曲がりには限度がありますが、イスなどを使った洋式の生活は、制限なくやっていただいて構いません。

またご趣味のスポーツなどは年齢に関係なく行うことができます。水泳、自転車はとくにおすすめできます。ゴルフは、その中間くらいといえるスポーツで、普通のコースを歩く程度なら可能です。しかし、ハードなスポーツで膝に直接体重や負荷がかかる運動は、お勧めできません。

手術の目的は、誘われても行けなかった旅行に行ったり、お孫さんの顔を見に行ったり、今まで膝の痛みのためにできなかったことを可能にすることです。今の生活を楽しんでいただきたいと思います。いつも外来では人工関節置換術を受けた患者さんから、旅行の土産話などをよく聞かせていただいています。



もっと知りたい!
人工関節

<https://motto-kansetsu.com>

ひざ関節・股関節などの痛み、人工関節についての情報を発信するサイト「もっと知りたい人工関節」は帝人ナカシマメディカルが運営しています。