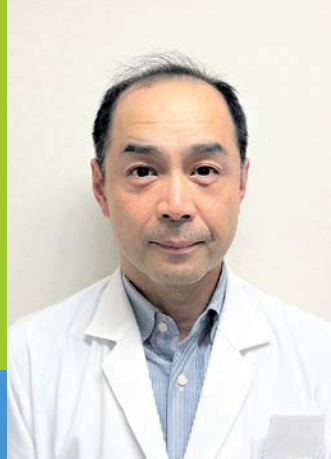


# もっと知りたい! 人工関節

専門医に聞いてみました!

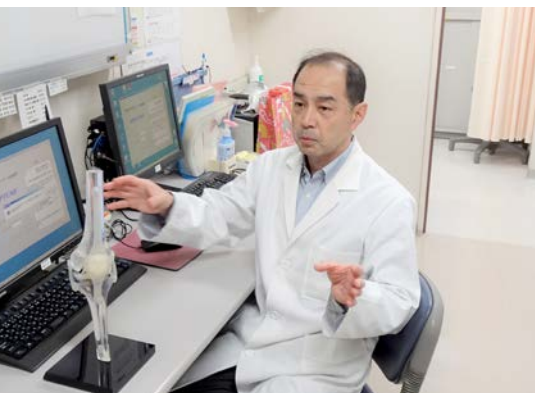


東邦大学医療センター  
大森病院 整形外科  
准教授

中村 卓司先生

【病院HP】  
<https://www.lab.toho-u.ac.jp/med/omori/orthopedics/index.html>

## 自分の足で歩ける喜びを



### ドクタープロフィール

中村 卓司 先生

#### 【専門分野】

整形外科 (ひざ関節疾患・PRP療法)

#### 【趣味】

料理

燻製やローストビーフを作っています。

チーズやタコ、梅干しなど様々なものを燻製にして家族で楽しんでいます。

#### 【最近のトピックス】

大学時代の先輩と食事に行きました。

大学時代の話で盛り上がり、一緒に同じ病院で働いた時期もあった先生です。色あせない思い出を語りながら楽しい時間を過ごすことができました。



◀中村 卓司先生からのメッセージ動画

### 「変形性ひざ関節症」の特徴について教えてください。

女性は50代以降、男性は60代以降の方によく発症する疾患です。

変形性関節症には一次性和二次性のものがあり、ひざだけでなく様々な関節で発症します。

一次性は加齢現象(肥満、筋肉の衰えなど)によって発生するもので、二次性はケガや関節リウマチなど病気によって引き起こされるものです。

股関節はひざ関節と異なりボールとボールの受け皿のような骨同士がサポートし合う構造になっているため、荷重が分散しやすくなっています。そのために股関節の場合は疾患による二次性の患者さんが多くみられます。

しかし、膝の構造は平面に丸い骨が乗っかるような一部に荷重のかかりやすい構造であるために、クッションの役割をする軟骨がすり減りやすく一次性の患者さんが多いことが特徴です。

### 人工関節手術をするタイミングはいつ頃がいいのでしょうか。

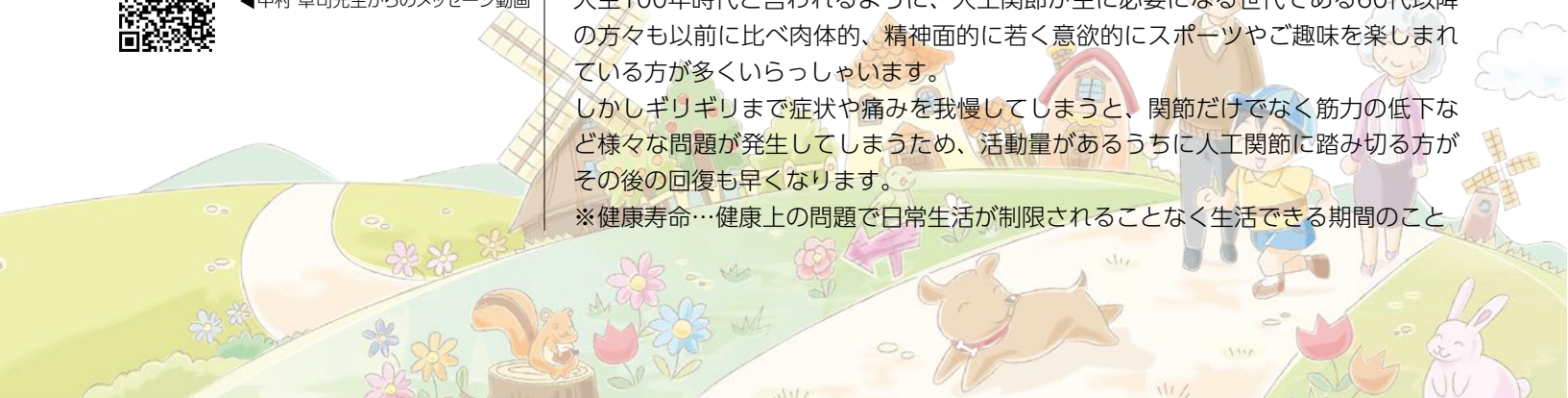
受診した先で人工関節をすすめられている状態でも、手術のタイミングを悩んでおられる患者さんは多くいらっしゃいます。外出先でお買い物などひとしきり歩かれた後に「帰り道に晩御飯の材料でも買って帰ろう!」と少しの寄り道ができなくなるくらい痛みが出てしまい、ゆとりが持てなくなった時には手術を検討されたことをおすすめします。お友達との旅行で「みんなと同じペースで歩けないから」と徐々にやりたいことが楽しくなくなってしまったり日々の活動に自ずと制限が出てきてしまいます。変形性関節症を患われた患者さんのデータには、人工関節置換術を受けられた患者さんの方が健康寿命が長いことが示されています。

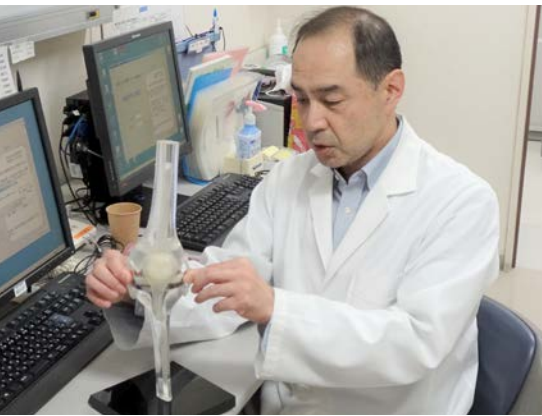
しかし、必ずしもすべての患者さんに人工関節の必要があるわけではありません。関節の傷みの程度によって「骨切り術」という関節近くの骨を切ることで向きを矯正し、荷重バランスを整える手術もありますので専門医にまずはご相談いただき治療法をご検討いただけたらと思います。

人生100年時代と言われるように、人工関節が主に必要になる世代である60代以降の方々も以前に比べ肉体的、精神的に若く意欲的にスポーツやご趣味を楽しまれている方が多くいらっしゃいます。

しかしギリギリまで症状や痛みを我慢してしまうと、関節だけでなく筋力の低下など様々な問題が発生してしまうため、活動量があるうちに人工関節に踏み切る方がその後の回復も早くなります。

※健康寿命…健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間のこと





## 先生が行われている人工ひざ関節置換術においてこだわっているポイントがあれば教えてください。

「良く伸びて、良く曲がるひざ」になるよう日々手術にあたっています。

ひざが悪い患者さんのほとんどが、伸びが悪い状態にあり、ひざが曲がった状態で、前傾姿勢で歩いているご高齢の方が多くいらっしゃいます。

ひざの機能として大切な「伸び」と「曲げ」ができるようになるには、本来あるべき関節と靭帯のバランスも重要になってきます。人工ひざ関節置換術は単に変形した部分を取り除くことだけでなく、骨の周りにある靭帯のバランスも整えて本来の姿に戻すことが大切になってきますので、術前の計画も含め本来の機能を取り戻せるように日々努めています。

## 退院後に気を付けておくべきことはありますか。

ご自宅での入浴は問題ないですが、傷口からの感染リスクになりますので、退院後の約3か月は公共の温泉やプールは避けて頂ければと思います。その他には特に制限すべきことはないとお伝えしています。

術後すぐにご趣味のスポーツに復帰したい方もいらっしゃいますが、筋肉の回復は早い人で3か月、平均で半年程度と術前の活動量によっても個人差があります。しかし、実際に人工ひざ関節置換術後、テニス、スキー、サーフィン、ゴルフなど復帰される患者さんは大変多くいらっしゃいます。

また退院後をご不安に思われる患者さんもいらっしゃいますので、当院では「入退院センター」という入退院手続き専門のセンターがあり、そちらでご家族の構成やおうちの造りなどを事前にお伺いしています。そのため、入院前にお聞きした情報を元に「退院後には直接ご自宅に帰ることができる環境があるか」、「おうちの中の段差や懸念点」など転院してリハビリをする必要性の有無など判断していきます。

センターとも連携して少しでも元の日常生活に戻ることができるようサポートしていきます。

## 印象に残っている患者さんについて教えてください。

重度の変形性ひざ関節症だった80代後半の女性の患者さんが強く印象に残っています。その患者さんのひざはひどく変形しており、他の病院で手術を断られるほどでした。家の中で日常生活を送るのも厳しく、このままではお孫さんに自分の面倒をみてもらうことになるかと手術できる先を探されておりました。患者さんの近隣の病院から当院をご紹介いただき、こちらで手術しましょうとお伝えしたところ、涙を流されて喜ばれた姿は非常に印象に残っています。

現在も定期的に通院されていますが、歩けなくなっていた状態から現在は変形も良くなり、自分の足で歩けるようになったことに大変喜ばれております。また、ご趣味の旅行など余暇を楽しまれています。



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。