

我慢しないで、ひざの痛み

中高年に多い「変形性ひざ関節症」の治療

階段を下りるときや立ち上がるときに感じるひざの痛み。「まだ大丈夫」と我慢するうちに症状が進行し、生活に支障をきたすことも少なくありません。原因のひとつである「変形性ひざ関節症」は、早期に受診するほど治療の選択肢が広がります。整形外科医の大森弘則先生に、原因や治療法、注目されている再生医療についてお話を伺いました。

変形性ひざ関節症の原因は？

「変形性ひざ関節症」の多くは、加齢に伴うひざ関節の軟骨のすり減りによって起こります。中高年になるほど発症しやすいですが、体重が重い方、ひざに過度な負荷がかかる仕事を続けている方はより早く痛みが出たり重症化したりする傾向があります。疫学的にも、女性に多いことが知られています。

最近では手術の前の治療法として、「再生医療」が注目されています。家庭や仕事の都合で入院できない、併存する他の疾患によって手術が受けられない、心理的に手術に踏み切れない方にとって、新たな選択肢となっています。

再生医療のひとつ「PRP（多血小板血漿）療法」は、ご自身の血液にある血小板が産出する成分の働きを利用する方法です。このPRPから高濃度の炎症成分などを抽出したものを患部に投与するのが「APS（自己タンパク質溶液）療法」です。関節内の炎症を抑えて、痛みや水がたまるのを軽減する効果が期待されています。

APS療法では、事前に血液検査を行い、血液中の成分や感染症のリスクを確認します。当日は採血を行い、血液を遠心分離にかけて加工したものを関節内に注射します。採血から注入まで1時間ほどで完了し、帰宅していつも通りの生活を送ることができます。一時的に注射反応といって痛みやはれが強くなる場合がありますが、数日で収まるケースが多いです。注射反応が出ている間は、ひざに強い負荷がかかる動きは控えてください。

手術にはどのような方法があるの？

さまざま治療を行っても痛みが取れず、日常生活や仕事に不都合が出てきている場合は手術を検討します。関節の変形が比較的軽く、軟骨が残っている場合は「骨切り術」が選択されます。すねの骨を切って人工骨を挟み、関節面を調整することで、O脚により関節の内側に集中していた荷重の軸を矯正する手術です。

ひざの痛みにお悩みの方へ

人工ひざ関節置換術

再生医療とは？

再生医療のひとつ「PRP（多血小板血漿）療法」は、ご自身の血液にある血小板が産出する成分の働きを利用する方法です。このPRPから高濃度の炎症成分などを抽出したものを患部に投与するのが「APS（自己タンパク質溶液）療法」です。関節内の炎症を抑えて、痛みや水がたまるのを軽減する効果が期待されています。

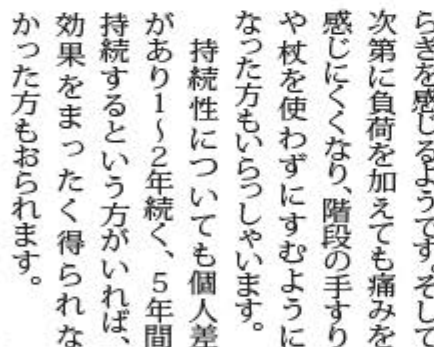
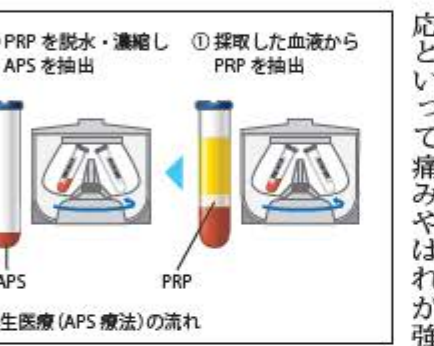
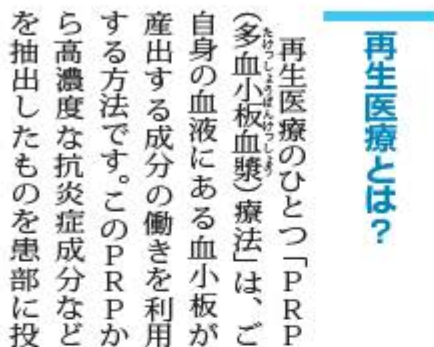
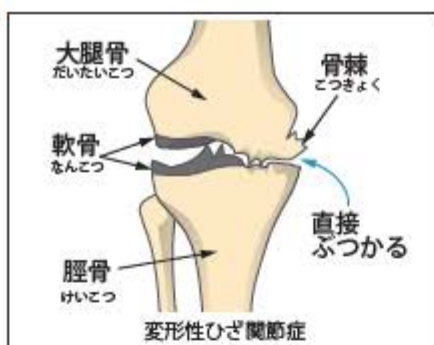
APS療法は保険外診療であり、医療機関によって費用が異なります。また厚生労働省が定める再生医療法のもと、厚生労働省への「届出」

変形や痛みがさらに強くなってきた場合には、「人工ひざ関節置換術」を行うことが多いです。関節の傷んだ表面を人工関節に置き換えることで痛みを軽減し、より動かしやすくなることが期待できます。

骨切り術

変形性ひざ関節症の治療には、保存療法から再生医療、手術までさまざまな選択肢があり、ご自身に合った治療を選択することが大切です。痛みや動かしづらさでお困りであれば、整形外科でひざの状態を知ることから始めてみましょう。

人工ひざ関節置換術



大森弘則先生
医療法人弘昭会
大森整形外科リウマチ科
理事長・院長
日本専門医機構整形外科専門医、日本リウマチ学会認定リウマチ専門医、日本スポーツ協会公認スポーツドクター