

## 変形性膝関節症について

荻野整形外科クリニック 院長  
荻野 法之 先生

当クリニックに来院される中高年の患者さんの中で膝関節の痛みを訴える人がおられますが、この原因の一つとして考えられるのは、膝関節の中の関節軟骨が外傷や疾患などで損傷されたりあるいは加齢に伴って摩耗することにより変形し、膝関節の運動が阻害されたり、膝関節に水がたまることにより痛みを生じる変形性膝関節症という疾患の場合があります。

変形性膝関節症は、明らかな原因のない一次性関節症と、外傷や疾患などが原因となる二次性関節症に分けられますが、ほとんどは一次性関節症であり、50代以降の肥満気味の女性に発症することが多いといわれています。

この疾患の最も多い症状は、運動の開始により痛みが悪化する運動開始時痛で、この痛みは安静にすることにより軽減しますが、病期が進行すると安静時にも痛みを認めるようになり、さらに痛みのため膝関節の運動が阻害されます。この痛みは膝関節の内側に多く認めます。

その他、大腿四頭筋によくみられる筋萎縮、O脚などの膝関節の変形、膝関節に水がたまることによる腫脹、膝関節の変形により起こる膝関節の不安定性などの症状もみられます。

次に治療法について説明します。まず、栄養指導による体重の減量、正座の禁止や和式様式の改善、大腿四頭筋を中心とした筋力増強訓練などの理学療法、非ステロイド性消炎鎮痛剤の経口投与、湿布の使用、副腎皮質ステロイドやヒアルロン酸ナトリウムの関節内注入療法などの保存的療法を施行します。それでも痛みが軽減しない場合や膝関節の変形が強く日常生活に支障を来す場合には、患者さんの年齢や症状などを考慮して関節鏡や骨切り術、人工関節置換術などの外科的療法が選択されます。

変形性膝関節症ではないかとお悩みの方はそのまま放置しておくとう日常生活に支障を来すことがありますので、まず整形外科医への受診をお勧めします。