

# 股関節の痛みは、放置しないで早めの対応を！

加齢に伴い増えてくる運動器の疾患は、健康寿命を脅かす原因となります。

特に脚の主要な関節である「股関節」の疾患には、高齢者だけでなく若い人が発症するものがあり、放置すれば痛みで歩行が困難となり日常生活を著しく損ないます。

そうならないためには何が大切か、藤田医科大学の森田充浩先生と佐藤圭悟先生にお話をいただきました。

痛みをがまんしている方には、**周囲が受診へと背中を押し**てあげること**も大切**です。

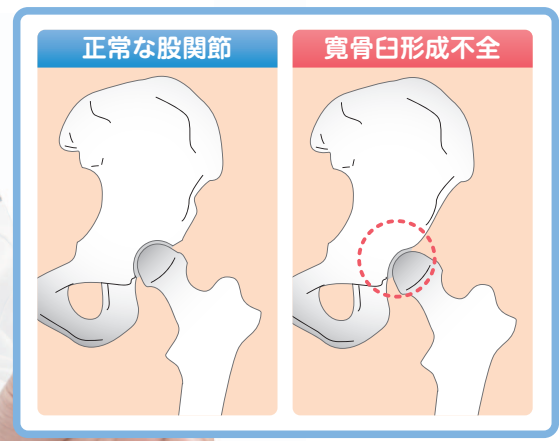


藤田医科大学 医学部 整形外科学 准教授 **森田 充浩先生**

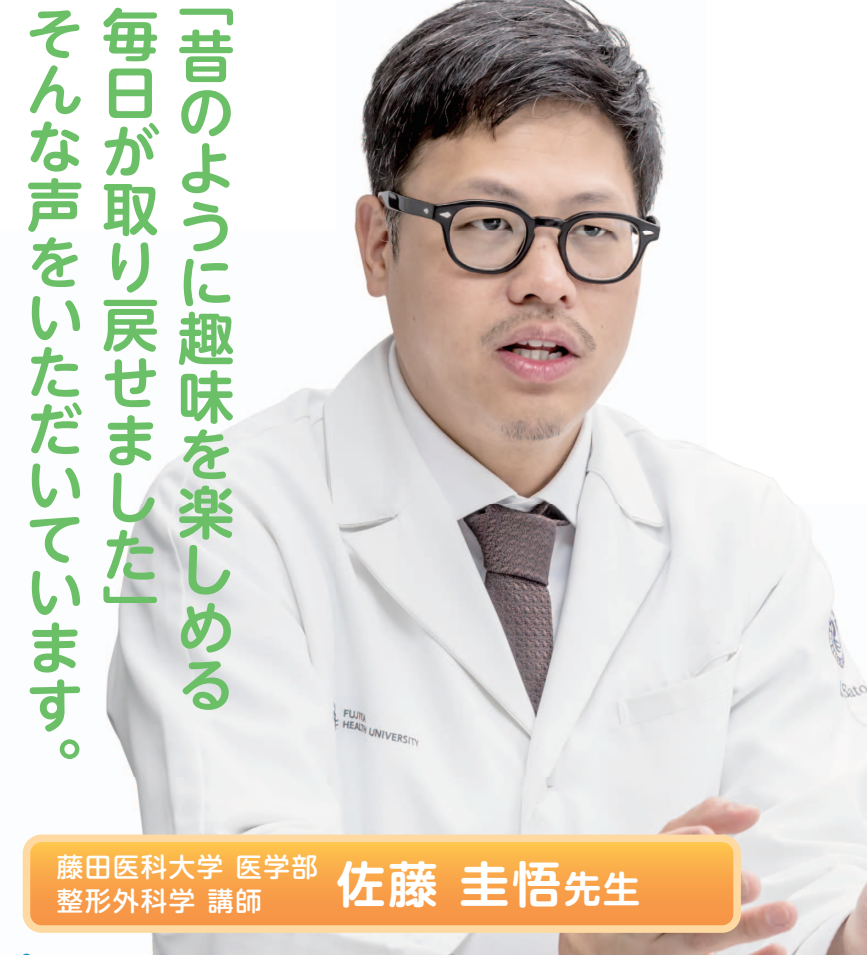
「股関節」の病気は**高齢者に限らない**

―高齢化が進むなか、運動器の病気が増えていますが、「股関節」の病気にはどのようなものがあるのですか。

**森田** 股関節の代表的な病気の二つ「変形性股関節症」は、股関節の軟骨がすり減って炎症を起こすもので、最初は歩き始めなどに痛みを感じる程度ですが、放置すれば骨が変形し、次第に歩行も困難となります。原因としては「体重増加」だけでなく、「寛骨臼(かんこう)きゅう)形成不全や、加齢に伴う「腰の変形と骨盤の傾きの変化」、「骨のぜい弱化」などが挙げられます。股関節は、太ももの上部にある骨頭(こつこつ)というボール状の骨が骨盤の寛骨臼(かんこう)というお椀のようなくぼみにはまり込む構造になっていますが、日本人女性は生まれつきお椀が浅くてボールがしっかりとおさまらない人が多く、体重を支える面が小さくなり、軟骨が摩耗



しやすい状態にあります(左図参照)。患者さんの多くは女性で、先天性の場合には20、30代でも発症します。  
**佐藤** 「変形性股関節症」のほかにも「特発性大腿骨頭壊死症(とくはつせい)だいたいこつこつえししじょう)」や「関節リウマチ」というあまり馴染みのない病気もあります。これらの患者さんは20代から幅広い年代に広がっています。股関節の病気は若い人にも無縁ではないということです。



藤田医科大学 医学部 整形外科学 講師 **佐藤 圭悟先生**

「昔のように趣味を楽しめる**毎日**が取り戻せました」  
そんな声をいただいています。

「人工股関節」の品質向上で**若い患者さん**も前向きに**選択**

―若い人も覚えておきたい病気ですね。どんな症状を感じたら受診すればいいですか。

**森田** 「膝の上あたりが痛い」「お尻が痛い」など股関節以外の痛みを訴えて受診する方が多いので、部位に限らず歩き始めや階段の昇降時に痛みを感じたら、早めに整形外科で検査を受けることが大切です。

私たち専門医は、仰向けに寝てもらい股関節を動かしながら状態を診るテストである程度病気を予測し、「立位正面」のX線撮影で軽微な異常を見逃さないようにします。加えてMRIの画像検査で軟骨や滑膜、じん帯の状態を確認し、正しい診断につなげます。

**佐藤** これだけの検査をして初めて、適切な治療が可能になるわけです。痛みがひどくない方は、股関節周りの筋肉を鍛えるリハビリや減量指導などの保存療法と炎症を抑える薬物療法を試しますが、あくまで対症療法なので症状が改善しない場合や根治を目指す場合は手術療法を選択します。

手術療法には主に「骨切り術」と「人工股関節置換術」があり、従来、変形が進んでいない若い患者さんは、股関節が温存できる「骨切り術」が選択されていましたが、筋肉を剥がして骨を切るため、回復するのにリハビリを含め半年以上かかり、さらに痛みが消えない可能性もあります。

これに対して「人工股関節置換術」は2週間程度で通常の生活が可能になるため、早く日常生活に戻りたい方は、年齢に関係なく積極的に人工股関節置換術を選択する傾向にあります。

「人工股関節置換術」は、変形が進んでしまった高齢患者さんの**最後の選択**というイメージでした。  
**森田** 実際、以前の人工股関節の耐用年数は20年程度でしたので、再置換の可能性がある65歳以下の患者さんにはむかないとされてきました。しかし、今では人工股関節の機能と耐久性が飛躍的に向上した長寿型の人工股関節が主流となっており、個人差はありますが術後にテニスやゴルフなどのスポーツを楽しむ方も多く見られます。

負担の少ない「MIS(低侵襲手術)」

―「人工股関節置換術」への認識が随分変わりますね。  
**森田** 「MIS(低侵襲手術)」は、通常手術の半分以下の皮膚切開で行う

ため、一般の人工股関節置換術に比べてより回復が早く、痛みも少ないなど患者さんの負担を大幅に軽減しています。

これに加え、股関節の前後を切開する「前方アプローチ」という方法をとることで、おしり側の筋肉を切る後方アプローチと異なり、筋肉を切離さないため軟部バランスが維持されて術後脱臼もほぼ皆無となります。また、この方法なら両側股関節を同時に手術できるので治療期間をさらに短縮できるのも大きなメリットです。ただし、術者の高度な技術が求められるため、実施できる医療機関が限られてしまつのが残念です。

―患者さんのメリットが大きければ、**高い技術が求められるわけですね。**  
**佐藤** 近年は安全を担保する医療機器や術者をサポートするナビシステムが登場しているので、これらを導入している環境があるかどうかも施設を見極めるポイントになると思います。

例えば、術前に手術計画を立てる際に用いるシステムでは、患者さんのCT画像から3Dの立体画像を作成し、患者さん個々に最適な人工股関節の設置角度や位置をシミュレーションできます。手術中はAR(拡張現実)技術を用いたナビゲーションシステムで、スマートフォンに映し出された画面を確認しながらより正確に人工股関節を設置します。

こうした最新技術を併用することで、高度な技術を要する低侵襲手術の安全が担保できるわけです。また、リハビリテーション科との密接な連携により、ほぼ毎日リハビリ指導が行えるところもあります。このような回復までをサポートできる体制も重要だと思っています。

―術者の高度な技術に加え**最新の医療機器**やサポート体制で**高い安全性**が担保できるわけですね。最後に治療を**ためらっている患者さんにアドバイス**をお願いします。

**森田** 人工股関節置換術の適応患者さんは女性が圧倒的に多く、仕事や家庭を優先して自分のことは後回しにしがちです。しかし、病状が進行するほど手術も難しくなり、術後の回復も遅くなります。痛みをがまんしている方には、ご家族や周囲の方が受診しなさいと背中を押してあげてほしいと思います。

**佐藤** 患者さんの中には手術が怖くて治療を避ける方が少なくありません。しかし、人工股関節にして痛みがなくなり、ゴルフや旅行など趣味が楽しめるようになったとたん、「もともと早く手術すればよかった」と声を揃えておっしゃっています。人生を長く楽しむためにも、痛みが軽いうちに早く相談してほしいと思います。

関節の痛み・股関節の痛みで悩んでいる**全ての皆さまへ**

関節が痛いドットコム **検索**  
<https://www.kansetsu-itai.com/>

**関節が痛い** [kansetsu-itai.com](https://www.kansetsu-itai.com/) **は人工関節と関節痛の情報サイトです。**