

膝が固まって痛い 歩行困難に

70代男性。数年前から歩行時に膝が固まり痛みを感じるようにもなりました。レントゲンでは異常がなかったのですが、治す方法はありますか。



回答者

一宮温泉病院人工関節・
スポーツ医学センター長
金子 卓男医師



かねこ・たかおさん
1999年東邦大医学部
卒。2006年に慶応大整
形外科山向。東邦大医
療センター大橋病院整
形外科医局長、同大医
学部整形外科学講座准
教授などを経て21年5
月から現職。日本整形
外科学会専門医、日本
体育協会公認スポーツ
ドクター、日本人工関
節学会認定医。横浜市
出身。

— 半月板が断裂する原因は。
高齢者は加齢によって膝周囲の筋力が低下する傾向があります。こうした状態で膝をひねってしまふと断裂する可能性が高まります。ロッキング症状が内側であれば膝を曲げる動作、外側であれば膝を伸ばす動作で断裂したことになります。

半月板断裂の可能性も 専門医でMRI検査を

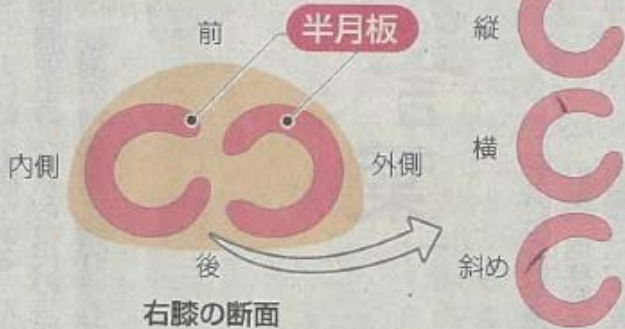
— 診断は。
半月板断裂、遊離骨軟骨片、良性腫瘍はいずれもレントゲンだけでは確定診断ができません。磁気共鳴画像装置(MRI)による検査をする必要があります。整形外科の専門医に一度、診てもらった方がいいでしょう。

— 治療は。
診断が確定した後、麻酔下で膝関節鏡を使った手術で、断裂した半月板の縫合・形成、遊離骨軟骨片の摘出、良性腫瘍の摘出を行います。入院期間は2泊3日程度となります。相談者の場合、膝の痛みを感じる

— 膝が固まる症状がある病気は。相談者の詳しい状況ですが、膝が後方に反って固まり、それに伴う痛みで歩行困難を生じている、とのことでした。これはロッキング(嵌頓)と呼ばれる症状で、膝にある半月板が断裂して起こることがあります。断裂は半月板の外周部位に生じると縦方向、内周部位では斜め、横方向となります。

このほか、転倒などの外傷で欠けた骨軟骨(遊離骨軟骨片)や良性腫瘍が膝関節内で挟まってしまい、ロッキング症状が出る場合があります。

半月板断裂のイメージ



右膝の断面

— 診断は。
半月板断裂、遊離骨軟骨片、良性腫瘍はいずれもレントゲンだけでは確定診断ができません。磁気共鳴画像装置(MRI)による検査をする必要があります。整形外科の専門医に一度、診てもらった方がいいでしょう。

— 治療は。
診断が確定した後、麻酔下で膝関節鏡を使った手術で、断裂した半月板の縫合・形成、遊離骨軟骨片の摘出、良性腫瘍の摘出を行います。入院期間は2泊3日程度となります。相談者の場合、膝の痛みを感じる

歩行時などに膝の内側方向に負担が大きくなることで痛みを感じます。靴底にインソール(中敷き)を使ってO脚を矯正したり、膝関節にヒアルロン酸を注射して膝のクッション機能を高めたりする治療があります。変形が進んでいると骨切り術や人工膝関節全置換術などの追加治療が必要となります。

— 治療後の注意点は。
歩ける状態を保つためには膝周囲の筋力強化が大切です。特に意識したいのは、膝を伸ばす筋力である大腿四頭筋です。歩行訓練はもちろんですが、膝への負担を抑えながら筋肉をつける「アイソメトリクス」というトレーニングを取り入れるのもいいでしょう。

〈聞き手・植田裕作〉

〈医療・健康に関する質問募集〉

病名や具体的な症状、聞きたいポイント、住所、氏名、年齢、職業を明記し、郵便番号400-8515、甲府市北口2の6の10、山梨日日新聞社文化・くらし報道部「メディカルテラス」係まで。ファクスは055(231)3161。ホームページ「さんにちEye」の総合メール窓口内「メディカルテラス」でも受け付けます。http://www.sannichi.co.jp/ 紙上匿名。採用されない場合もあります。