

としまいしまい医報

地域医療の推進図る 苫小牧市医師会

■変形性膝関節症

中高年になると膝の痛みに悩まされる人が増えてきます。その最大の原因が変形性膝関節症です。50歳以上の日本人の2人に1人の割合で発症すると言われています。

女性は男性より膝関節を支える筋力が弱く関節も小さいため、膝への負担が大きいため、膝の痛みがひどくなる傾向があります。変形性膝関節症の症状は、軟骨のすり減りの程度や変形の進行具合によって異なります。

中高年の膝の痛み

「年だから仕方ない？」

変形性膝関節症とは、加齢とともに膝の軟骨がすり減り、関節の変形が進行していく病気です。女性の発症が男性の約2倍と多いのが特徴で、その理由として、

いことや、閉経後の女性ホルモン低下に伴い筋肉量が減ることなどが挙げられます。

また、膝は常に体重を支えているため、肥満があると膝への負担が大きくなり、発症しやすくなります。肥満

「中期」では、歩行時に痛みがあり、膝の屈伸が悪くなったり、腫れや熱をもったり、水(関節液)がたまるともありません。さらに進行した「末期」になると、軟骨がなくなり骨と骨とが直接ぶつかって痛みや関節の変形が悪化し、日常生活が不自由となり、高齢者では寝たきりに近い状態になることもあります。

また、肥満の方は減量を併せて行うことが大切です。他に足底板、サポーターなどの「装具療法」、関節の動きを潤滑にするヒアルロン酸関節内注射、鎮痛薬などの「薬物療法」、これらの治療の効果がなく、日常生活に支障がある場合は、高位脛骨(けいこつ)骨切り術や人工膝関節置換術などの「手術治療」が検討されます。

また、膝は常に体重を支えているため、肥満があると膝への負担が大きくなり、発症しやすくなります。肥満

「中期」では、歩行時に痛みがあり、膝の屈伸が悪くなったり、腫れや熱をもったり、水(関節液)がたまるともありません。さらに進行した「末期」になると、軟骨がなくなり骨と骨とが直接ぶつかって痛みや関節の変形が悪化し、日常生活が不自由となり、高齢者では寝たきりに近い状態になることもあります。

また、肥満の方は減量を併せて行うことが大切です。他に足底板、サポーターなどの「装具療法」、関節の動きを潤滑にするヒアルロン酸関節内注射、鎮痛薬などの「薬物療法」、これらの治療の効果がなく、日常生活に支障がある場合は、高位脛骨(けいこつ)骨切り術や人工膝関節置換術などの「手術治療」が検討されます。

変形性膝関節症は進行性の病気ですので、「年だから仕方ない」と思わず、症状があれば早めに整形外科を受診することをお勧め致します。



三上 将医師

また、膝は常に体重を支えているため、肥満があると膝への負担が大きくなり、発症しやすくなります。肥満

「中期」では、歩行時に痛みがあり、膝の屈伸が悪くなったり、腫れや熱をもったり、水(関節液)がたまるともありません。さらに進行した「末期」になると、軟骨がなくなり骨と骨とが直接ぶつかって痛みや関節の変形が悪化し、日常生活が不自由となり、高齢者では寝たきりに近い状態になることもあります。

また、肥満の方は減量を併せて行うことが大切です。他に足底板、サポーターなどの「装具療法」、関節の動きを潤滑にするヒアルロン酸関節内注射、鎮痛薬などの「薬物療法」、これらの治療の効果がなく、日常生活に支障がある場合は、高位脛骨(けいこつ)骨切り術や人工膝関節置換術などの「手術治療」が検討されます。

変形性膝関節症は進行性の病気ですので、「年だから仕方ない」と思わず、症状があれば早めに整形外科を受診することをお勧め致します。