

# 変形性股関節症の痛み 我慢せず早めに相談し 納得のいく治療を選択しましょう！

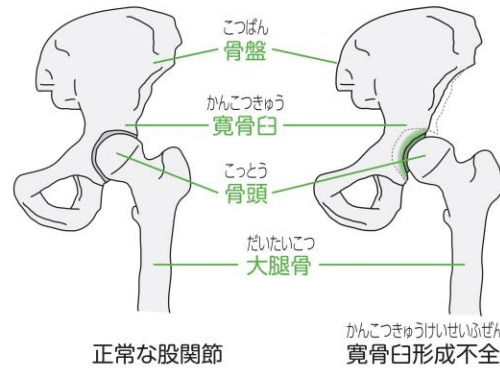


たけした むねのり  
**竹下 宗徳 先生**  
人工関節センター長 / 関節外科 部長  
社会福祉法人 聖隷福祉事業団 聖隷横浜病院  
電話：045-715-3111 (代)

歩くと股関節が痛い、階段が辛い、つめを切りにくい、靴下をはきにくい、こんな症状でお悩みではありませんか？  
中高年の方が、股関節の痛みや動きの悪さに悩まされる主な原因は変形性股関節症です。現在は、リハビリなどの保存療法や手術だけでなく、新たに再生医療として日帰りでAPS療法が行えるなど、その方に合わせた治療が選択しやすくなっています。そこで、聖隷横浜病院の竹下宗徳先生に股関節の痛みの原因と治療法について伺いました。

## 変形性股関節症の原因と治療法

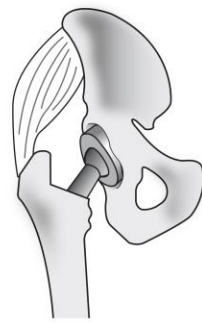
変形性股関節症は、股関節の天井に当たる部分が生まれつき小さい「寛骨臼形成不全」が主な原因です。天井部分が小さいので過度な負荷がかかり、軟骨がすり減り骨が変形し、痛みが生じ歩きづらくなります。40〜50歳で発症する方が多く、日本人では女性に多いのが特徴です。階段の昇り降りがしづらくなった、足のつめを切りにくくなった、靴下の着脱がしにくくなったという症状をよく聞きます。しかし、痛みは股関節だけでなく3人に1人は、ひざやお尻にも出てくる場合があります。腰やひざの痛みと誤解されていることがあるので、本当の痛みの原因を確かめることが大切です。



治療は痛みと変形の進み具合で変わってきます。初期の段階であれば、股関節に負担をかけないように体重のコントロールや、お尻や太ももの筋肉が弱くならないように筋力トレーニング、消炎鎮痛薬の投与などの保存療法を行います。しかし、治療を続けても痛みが取れず、仕事や日常生活に支障が出てきたら、人工関節などの手術を検討します。

## 社会復帰が早い「MIS人工股関節手術」

人工股関節手術は、傷んでいる部分を取り除き、金属などでできた人工関節に置き換え、痛みを軽減させます。現在では、人工関節の材質やデザインなどの性能が向上したので、耐久性が飛躍的に伸び、50歳や60歳で手術を受けても、一生使用できるので、ないかと期待できます。また、手術方法も進歩しました。最小侵襲手術（MIS）の中でも、一切筋肉を切らない方法で行えば、従来の大きく筋肉を切っていた方法と比べると、大幅に脱臼リスクをおさえることができ、日常生活の制限があまりありません。筋肉を切らないので、早期社会復帰が可能です。早く退院してご家族の面倒を見たり、早く仕事に行ったり日常生活に戻れたりできるようになります。



人工股関節置換術

手術後は、痛みをコントロールしやすくなります。術後翌日からリハビリを開始し、病院内や病院の周りを歩いたり階段を昇り降りしたり、床からの立ち上がり練習など、その方の状態に合わせたリハビリプログラムを組み、早く日常生活が送れるようになります。退院されてから多くの方が、お出かけになったお話をしてくださいませ。せっかく手術を受けたのですから、「自身が行いたいことをぜひやっていただきたい」と思います。

## 保存療法と手術療法をつなぐAPS療法

これまでは、保存療法を続けても改善がみられない場合は、手術という選択肢しかありませんでした。しかし、手術はできるだけ避けざるを得ない方、手術に抵抗のある方、ご家庭やお仕事の事情などで手術を受けられない方がおられます。近年では、保存療法と手術の間をつなぐ第3の治療法として注目されているのが日帰りの再生医療、「APS療法」です。

大リーガーなどのスポーツ選手が、肘やひざの靭帯を損傷した時に「PRP療法」を受けたということが知られています。「APS療法」は「PRP療法」の成分をさらに濃縮して注入することで、股関節やひざの炎症を抑え、痛みや軟骨の破壊を抑制する治療法として期待されています。個人差はありますが、炎症や痛みの軽減効果は、2年間持続するといわれています。「自身の血液を使い股関節やひざに注射する治療なので、アレルギー反応が稀で、入院の必要もなく1時間程度で治療は済みます。最新の治療のため、現在のところ健康保険が適用されない自由診療となります。

## 竹下先生からのメッセージ

必ずしも股関節でなく、腰やひざなど他の部分の痛みことがあります。まずは、痛みの原因が何かを知るために、お気軽にご相談ください。様々な治療方法の中から、医師としっかり相談し、安心して納得できる治療を選択いただきたいと思います。股関節の痛みを取り去り、しっかり活動できる未来を一緒に笑顔で目指しましょう。

**変形性股関節症の治療**

症状 軽

**保存療法**  
リハビリ  
消炎鎮痛剤など

APS療法  
保存療法と手術療法との間をつなぐ  
第3の治療法

症状 重

**手術療法**  
人工関節など