



J's

ジェイズ

vol. 10
2021 春号

ご自由にお取り
ください

“Juntendo+Izu = J's”

皆さんと、順天堂大学医学部附属静岡病院をつなぐ、
アットホーム情報誌「J's (ジェイズ)」。

特集

痛みを解消して歩ける喜びを

変形性股関節症

の治療



医療情報

股関節手術後の リハビリテーション

リハビリテーション科 准教授 田沼明

働く人

作業療法士 上野嘉穂

Webで開講！ ミニレクチャー

連携登録医の紹介

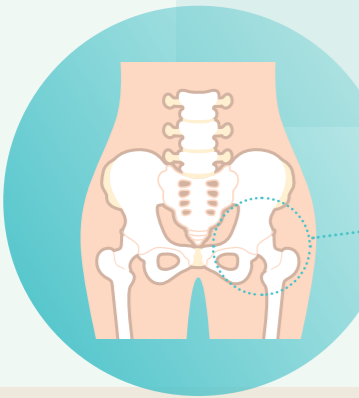
池田医院 / つちやクリニック

私のオススメ

「ぼくのともだち～ Maru in Michigan～」
「夜と霧」

痛みを**解消**して歩ける喜びを

変形性股関節症の**治療**



股関節の仕組み

股関節は骨盤のくぼみに大腿骨が組み合わさってできています。

床から立ち上がる時は**体重の10倍**の負荷が股関節にかかります。しかし骨の間にある軟骨がクッションの役割を果たし、スムーズな動きを助けています。

変形性股関節症とは？

関節を守っている軟骨が年齢を重ねるにつれてすり減り、骨盤と大腿骨がこすれて強い痛みを発生する関節炎のこと。

進行すると骨が変形して痛みで歩行が困難になります。

股関節のくぼみが浅く、筋力がない女性に圧倒的に多い傾向があります。

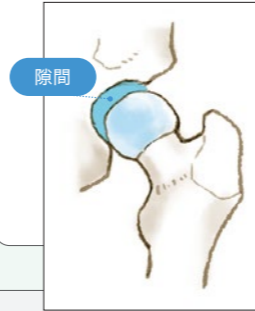
膝や腰に比べて異常に気づきにくいかもしれませんが

- 動き始めにももの付け根が痛む
- 歩く時に左右に体が揺れる
- 段差があると上がりづらい
- 小さい頃からあぐらがかけない

などの症状があります。



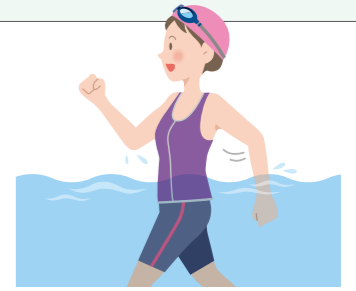
変形性股関節症の**進行**とその**治療法**



保存療法

初期には運動療法（リハビリ等）で筋力強化や薬物療法（お薬や湿布）で痛みの緩和を行います。

進行度 **初期** | 進行期 | 末期 |



APS療法

患者さん自身の血液を使った再生療法です。採血した血液から組織を修復する成分を抽出し、遠心分離機で凝縮してAPS（自己タンパク質溶液）を精製します。それを患部に注射して炎症を抑制します。

進行度 **初期** | 進行期 | 末期 |



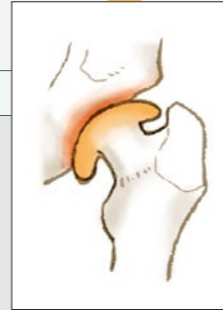
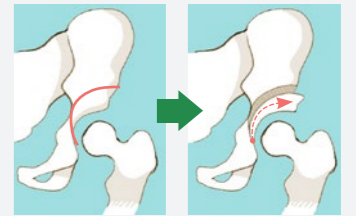
「APS治療」詳細はこちらから ▶



股関節鏡視下手術

内視鏡によって痛んでいる骨盤側の軟骨の修復や、大腿骨のぶつかっている部分を削る手術です。骨切り手術の前後に骨盤側の軟骨の修復を行ったり、APSを行う前に関節の修復や炎症を起こしている組織の切除を行う場合もあります。

進行度 **初期** | 進行期 | 末期 |



骨切り術

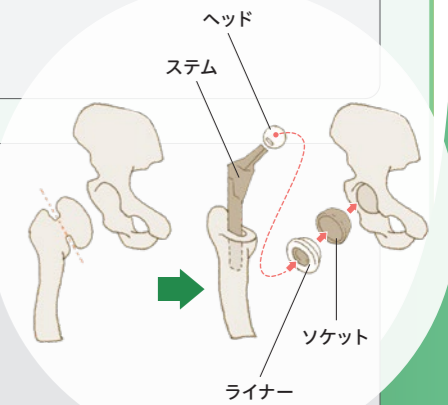
骨盤の一部を切って角度を変え、痛みの緩和や変形性股関節症の進行を防ぐ手術です。軟骨があまりすり減っていない40代以下の患者さんに適用できます。

進行度 **初期** | 進行期 | 末期 |

人工股関節置換術

股関節の骨を人工関節に置き換える手術です。人工関節の耐用年数は30年ほど。そのため、交換しなくて済む50代以降の方に適用します。

進行度 **初期** | 進行期 | 末期 |



股関節治療のスペシャリストが 徹底解説

当院整形外科の諸橋准教授と神田准教授が、テレビ静岡で2020年12月29日（火）に放送された医療特別番組「サヨナラ股関節痛」に出演し、当院で行われている股関節治療のうち代表的なものを解説しました。



SPECIALIST

症状に応じて 治療法を選択

整形外科 准教授
諸橋 達



APS

次世代PRPと呼ばれる最新の治療です。股関節が痛みの原因と診断を受けたとき、痛み止めで改善がなければすぐに手術を勧められていませんか？近年、薬でもない手術でもない第3の治療法が注目されています。APSは自分の血液から抽出した成分を股関節に注入する再生医療です。



股関節鏡視下手術

近年FAIと呼ばれる関節の変形や、関節唇損傷も後々変形性股関節症へ進行することがわかってきました。関節唇を修復し、骨のコブを削ります。当院では前方進入での低侵襲寛骨臼移動術(SPO)や偏心性寛骨臼回転骨切り術(ERAO)と股関節鏡を組み合わせを行い、効果を上げています。また、股関節鏡とAPSを組み合わせることで関節を温存する新しい治療法も期待されています。

人工股関節全置換術

人工股関節全置換術は当院では主に4種類のアプローチ(前方:DAA、前側方:ALS、側方:DL、後方:PL)を採用し、患者さんの体形や関節の形によって使い分けています。それにより早ければ手術後翌日から歩行訓練を開始し、10日前後で自宅退院する方も増えてきています。そのまま自宅へ戻ることが不安であったり、術前の関節の状態が悪い方には近隣の連携しているリハビリ専門病院で充分なリハビリを行うことも可能です。



SPECIALIST

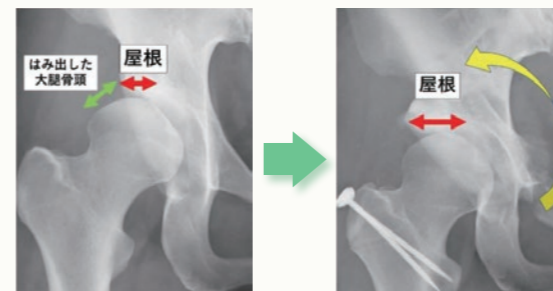
制限のない日常を 取り戻す

整形外科 准教授
神田 章男



骨盤骨切り術

日本人には股関節を形成する骨盤のくぼみが浅い寛骨臼形成不全症を多く認めます。体重を支える'屋根'の部分が狭く、体重の負荷により軟骨がすり減り股関節痛を生じます。若年者(40歳代まで)では自分の骨を用いる骨切り術が勧められますが、軟骨がすり減り過ぎた状態では手術できないので早めの対応が必要です。骨切り術は下図のように、股関節の'屋根'を広げます。'屋根'によって術後は股関節が安定し、痛み無く生活できます。問題点としては、リハビリが3ヶ月と長期になることや軟骨の状態によって変形性股関節症が進んでしまうことです。

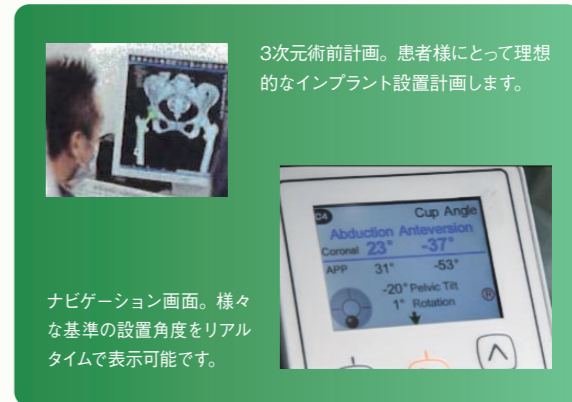


術前X線。骨盤のくぼみ(寛骨臼)が浅く、大腿骨頭がはみ出ている(←→)、体重がかかる'屋根' (←→)が狭い状態で日本人に多い寛骨臼形成不全症です。

術後X線。寛骨臼を骨盤からお椀のようにくりぬき回転させます(←→)。「屋根」(←→)は広がって安定しています。

ナビゲーションシステムを使用した 人工股関節全置換術

人工関節は患者様にちょうど良い設置角度があり、合併症が少なくなるため長持ちします。そこで、正確に設置するためにナビゲーションを使用しています。ナビゲーションというと'カーナビ'を連想する方が多いと思いますが、このナビゲーションは、設置角度がリアルタイムでデジタル表示される機器になります。イメージとしては、スマホの角度計みたいな感じですが、3次元で様々な情報が入り、正確な設置ができます。ナビゲーションを使用することにより、正確で満足度が高い人工股関節全置換術を行っています。



3次元術前計画。患者様にとって理想的なインプラント設置計画します。

ナビゲーション画面。様々な基準の設置角度をリアルタイムで表示可能です。

J's Medical Information!

テーマ

股関節手術後のリハビリテーション

股関節の痛みは手術によって改善し、手術前と比べて楽に日常生活活動を行えることが期待されます。しかし、手術後は一時的に手術部位の痛みなどによって活動が制限されてしまうことがあり、放っておくと筋力や体力が弱くなってしまいます。そのため、手術後のリハビリテーションが重要となります。

田沼 明

PROFILE

順天堂大学医学部附属静岡病院 リハビリテーション科 准教授
 [認定] 日本リハビリテーション医学会指導医・専門医・認定臨床医 / 日本臨床神経生理学会指導医・専門医 (筋電図・神経伝導分野) / 日本摂食嚥下リハビリテーション学会認定士 / 日本リンパ浮腫学会リンパ浮腫保険診療医 など
 [最終学歴] 慶応義塾大学 卒



当科でのリハビリテーションについて説明します!

骨切り術後のリハビリテーション



寛骨臼回転骨切り術ではその名の通り骨を切っていますので、癒合するまでの期間、手術した側の脚に体重をかけることが制限されてしまいます。したがって、松葉杖などをを用いた歩行訓練が必要となります。また、筋力や関節可動域の維持・向上のためのリハビリテーションも行われます。



人工関節置換術後のリハビリテーション

人工股関節置換術後はすぐに手術した側の脚に体重をかけることが可能です。痛みの様子をみながら可能な範囲で立位・歩行訓練などを進めていきます。また、手術前からの身体活動低下や手術の影響によって筋力が低下しやすいため、筋力トレーニングを行い関節の安定性を高めることも重要です。



医師からのアドバイス

痛みが少ない変形性股関節症の初期の段階でもリハビリテーションは重要です。股関節のストレッチや筋力トレーニングが関節の保護に役立ちます。肥満傾向の人では、関節への負荷を減らすため減量が勧められます。ただし、股関節に負荷がかかるような運動は避けなければなりません。プールでの水中運動やエアロバイクを用いた運動(自転車こぎ)などが良いでしょう。



J's WORKER

働く人 /

作業療法士

上野 嘉穂

患者さんに寄り添い、喜びを共有する

リハビリテーション科では、医師を始め、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士が連携を図りながら機能向上につながるリハビリテーションを提供し、早期在宅復帰、社会復帰を目指しています。

中でも作業療法士は心身に障害をもった患者さんの上肢機能訓練や日常生活の動作訓練、高次脳機能訓練を行い、その人が生活をするために必要な能力の獲得を目指し支援します。

患者さんとともに喜び、次の目標を設定し、その人が最も大切にしている活動が再び出来るよう支援することにやりがいを感じます。

入院当初、不安な思いを持っていた患者さんがリハビリを通して前向きに退院し、笑顔で会いに来てくれたことが嬉しかったです。

今後も小さな悩みや不安感、目標などを共有し、患者さんの思いによりそいながら、急性期病院の作業療法士としてより専門的な知識を身につけ、地域へ情報発信していくことが目標です。



Webで開講!

ミニレクチャー

一般の皆さん向けのミニレクチャーを、当院ホームページにて開講します。

現在、新型コロナウイルス感染症予防のため、当院の市民公開講座の開催を休止しております。代わりに、10分間程度のミニレクチャー動画を当院のホームページにて随時配信しております。

次回開催予定 2021年6月頃

内容 子宮頸がん予防ワクチンについて

講師 産婦人科 准教授 金田 容秀

※詳細につきましては、決まり次第当院ホームページ、または院内の掲示板へ掲載いたします。



こちらの二次元バーコードから閲覧することができます





患者さんに良質な医療を提供できるよう、当院と連携体制を取っている地域の医療機関をご紹介します。

賀茂郡 **池田医院**



池田医院は1825年、伊豆市小下田で開院し、1859年より現在の西伊豆町宇久須で医院を継承し6代目となります。一般消化器外科・救命救急医として研鑽してまいりましたが、平成2年に継承し、一般診療・在宅医療に明け暮れ日々続いた地域医療を続けております。7代目も令和2年4月より週1回診療(脳神経外科)をはじめました。

所在地：賀茂郡西伊豆町宇久須417-2
 院長：池田 正見（賀茂医師会会長）
 診療科：内科、外科、胃腸科、小児科
 アクセス：東海バス「バイパス宇久須」バス停側
 電話：0558-55-0010

診療(受付)時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00～11:30	○	○	○	—	○	○	—
14:00～16:00	—	—	往診	—	往診	—	—

伊豆の国市 **つちやクリニック**



一般内科を中心に、消化器・循環器の専門性も有したクリニックです。

生活習慣病の診察、禁煙外来・睡眠時無呼吸症候群のご相談や、特定健診・予防接種なども受け付けております。

所在地：伊豆の国市田京36
 院長：土屋 和彦（田方医師会副会長）
 副院長：土屋 素子
 診療科：内科、消化器内科、循環器内科
 アクセス：伊豆箱根鉄道「田京」駅下車 徒歩10分
 電話：0558-77-1511

Webサイト



診療(受付)時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
8:30～12:00	○	○	○	○	○	○	—
15:00～18:30	○	○	○	—	○	—	—



書籍

ぼくのともだち～ Maru in Michigan～
 いつもとなりに～ Maru in Michigan～
 えがおのゆくえ～ Maru in Michigan～
 ジョンソン祥子 著/新潮社 刊



疲れた心がほっこりするフォトエッセイ。アメリカミシガンの美しい自然の中で育つ柴犬マルと一茶くんを、お母さん目線で描いたシリーズ本です。人間と犬の垣根を超えて絆を深めていく様子がしみじみと、ときにはユーモラスに写し出されています。天使な2人を見ているだけで思わず微笑み、優しく幸せな気持ちになれます。心がささくれている方、必見です。

看護部 部長 田中 ひとみ



書籍

夜と霧

ヴィクトール・エミール・フランクル 著・池田香代子 訳/みすず書房



精神科医フランクルの強制収容所での体験記。同じ体験をしても、どのような態度をとるかはその人の精神性にかかっていることを教えてください。現在私たちは、コロナという未知のウイルスに曝され生活が一変しています。平和な日本の人々の内に秘めた差別意識などが露呈し、改めてこの本の「態度価値」という言葉を思い出しました。

看護部 宮澤 久美子



順天堂大学医学部附属静岡病院

〒410-2295 静岡県伊豆の国市長岡 1129 番地 TEL：055-948-3111
<https://www.hosp-shizuoka.juntendo.ac.jp/>

最新情報はこちら

web サイト



外来診察日割表

