

日本人は寛骨臼が浅い

股関節は、大腿骨の先端にあるボール状の大腿骨頭と、骨盤のくぼんだ部分の寛骨臼が組み合わさってできています。

痛みの原因で最も多いのが寛骨臼形成不全です。日本人は、外国人に比べて大腿骨頭を覆う骨盤の「屋根」に当たる寛骨臼が浅いと言われています。変形性股関節症の約80％は、その浅さが原因とされます。寛骨臼が浅いと体重が辺縁部分に集中し、寛骨臼の縁に付着するリング状の繊維軟骨に負担がかかるためです。

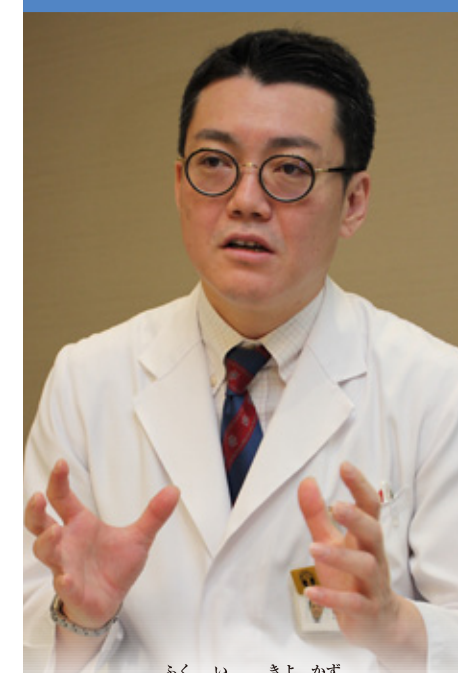
原因不明の股関節痛を治療

軟骨(股関節唇)の回復で痛みを解消

「脚の付け根が痛い」「脚に何か違和感がある」。

このような悩みの原因は股関節にあり、満足に歩けなくなれば、QOL(生活の質)の低下を招きます。早期治療の最前線に立つ金沢医科大学病院整形外科の福井清数講師に治療方法などについてうかがいました。

| 今月の回答者 |



ふくい きよかず
福井 清数

金沢医科大学病院
整形外科講師
日本整形外科学会 整形外科専門医
日本股関節学会 股関節鏡技術認定医など

この繊維軟骨を股関節唇(図)と呼んでおり、大腿骨頭を安定させ、関節への衝撃を吸収する役割があります。

股関節唇に損傷

ただ、患者さんの中には、寛骨臼形成不全がないのに股関節に痛みがあり、痛み止めの薬などに頼るしかない症例が一定数見られました。そのような股関節痛の原因として考えられているのが「股関節唇損傷」です。

2003年にスイスのあるグループが提唱した「大腿骨―寛骨臼インピンジメント(FAI)」と

いう新しい概念が登場しました。その概念とは、寛骨臼や大腿骨の形態に異常があると、股関節を大きく動かす際にこれらがぶつかり、股関節唇が損傷するというものです。

これまで原因のはっきりしなかった股関節痛のうち、ある程度の割合で、このFAIによる股関節唇損傷が見られるということが分かってきました。

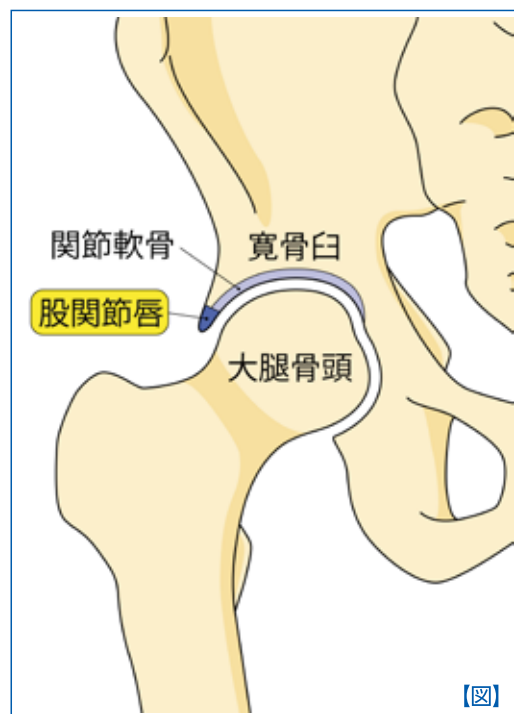
唇が傷ついてもレントゲンでは分かりませんので、MRI(磁気共鳴画像装置)で確認する必要があります。

原因が分からないといってそのままにしていると股関節唇損傷が進行し、大腿骨と寛骨臼のすき間にある関節軟骨までもが傷ついていきます。最終的には骨が変形する「変形性股関節症」になってしまい、重症になると人工関節への置換が必要になってきます。

60〜70%は自然治癒

股関節唇の治療は、薬物療法と運動療法からなる「保存療法」から始めます。

薬物療法は、急性期には患部の炎症を抑える消炎鎮痛薬を服用し、痛みを誘発する体勢、股関節を内股方向にひねる動作などを避けるよう



にします。痛みが強い場合には、超音波(エコー)で確認しながら、直接、股関節内に炎症を抑えるステロイドを注射します。

運動療法では、ストレッチや水中運動などを行い、股関節の周囲や体幹の筋力アップを図ることで股関節の安定を図ります。また、股関節には体重の約3倍の負担がかかると言われていいますので、太りすぎないのも大事です。この治療を3カ月ほど続けると、股関節唇損傷の方の60〜70%は自然回復が期待できます。

保存療法でも回復しない場合は手術を選択することになります。

股関節唇が十分に残っている場合には関節唇修復(縫合)術、関節唇が縫合できないほど断裂している場合には関節唇部分切除術、あるいは体の別の部位から摘出した靱帯を移植して関節唇の再建術を行います。

関節唇を修復(縫合)した場合、術後2〜3週間は修復した関節唇を保護するために手術した脚には体重をかけないようにします。

早期に仕事復帰も

仕事復帰は、通勤時間や職種、業務内容によって異なります。デスクワークなど移動が少ない場合は、痛みが落ち着いていれば早期復帰が可能です。スポーツ活動にはもう少し時間がかかります。手術後3カ月から半年ぐらい経過したところで、MRIで関節唇の修復状態を確認してテストを実施します。問題ないと判断されれば徐々に負荷を強くいき、元のパフォーマンスに戻していきます。



内視鏡で見た股関節唇周辺の画像

日常生活の中で予防できることもあります。保存療法と同様に、股関節への負担を少しでも減らすために、体重を減らしたり、股関節周囲の筋肉や体幹を鍛えたりしておくことが大切です。

当院では股関節鏡を用いた股関節唇損傷の治療を約10年前から始め、これまでに200例以上の手術実績があります。北陸でいち早く取り組み、この分野での経験は豊富です。股関節の治療は、早期であるほど回復が良好ですので我慢は禁物です。