

発行:医療法人社団 神鋼会 神鋼病院  
〒651-0072 神戸市中央区臨浜町1丁目4-47 電話:078-261-6711(代表) FAX:078-261-6726  
発行責任者:病院長 山本正之 編集責任者:神鋼病院広報委員会 委員長 山神和彦

## 人工関節について

～もう一度、痛み無く歩くことを目指しましょう!～

### 関節に強い痛みを感じていませんか?

健康な関節は本来、表面に軟骨なんこつと呼ばれる“クッション”の役割をするものがあり、滑らかに動くようになっています。この軟骨が病気によりひどく磨り減ると、関節を動かそうとした時に強い痛みを感じるようになってしまいます。しかも、一度傷んでしまった軟骨は再生しません。このような場合に、傷んだ骨・軟骨の部分を切除して、金属やポリエチレンに置き換えて痛みをとる手術法じんこうかんせつがあります。それが人工関節

ちかんじゅうつ  
置換術(人工関節)です。

当院では、主に膝ひざと股関節こかんせつ(ふとももの付け根にある関節)の人工関節を行っています。膝と股関節の人工関節は十分な実績があり、患者さんの満足度がとても高い手術法です。日本では、2008年において、人工膝関節置換術で約6万4千件、人工股関節置換術で約4万2千件もの手術が行われています。どちらも10年で約2倍に増加しており、決して珍しい手術ではなくなっています。



### \* 関節を破壊する病気って?

関節が破壊され、人工関節が必要になる病気には、主に**変形性関節症**と**関節リウマチ**があります。

**変形性関節症**とは長年関節を使用することにより徐々に軟骨が磨り減ってくる、いわゆる年齢による変化です。**関節リウマチ**とは指・手関節、肘、股関節、膝、足関節、更には脊椎の関節など、全身の関節が炎症を起こす病気です。初期の症状は関節炎に伴う腫れと痛みですが、進行すると関節の軟骨やその下の骨が破壊されてしまいます。

### どういう症状で手術の対象になるの?

基本的に人工関節は、関節の破壊が強く、痛みの強い患者さんであれば、どなたでも適応があります。しかし、人工関節置換術は癌の手術とは異なります。関節の痛みに自分自身が耐えられる状態であれば、必ず行わなければいけない手術ではありません。最終的には患者さんが希望された時点で手術を行うこと

となります。

ただ、痛みを我慢することで徐々に生活の範囲が狭まる事は、肉体的にも精神的にも決して良いことではありません。手術をした方が患者さんの生活がより向上すると思われる場合には、手術を勧めさせていただきます。ありがとうございます。

また、人工関節の耐久性は現時点では15年～20年ぐらいと考えられています。そのため、入れ替えの

手術が必要とならないように、基本的には60歳前後の方からが対象となります。ただ、人工関節の耐久性が向上している事もあり、非常に痛みが強く日常生活が困難な方に対しては、より若い年齢で手術を行っています。また、80歳以上の高齢な方でもお元気でしっかりされている方は十分に対象となります。





## 人工膝関節と人工股関節の手術について

基本的にはどちらの手術も傷んだ骨・軟骨の部分を切除して金属と高分子ポリエチレンをはめ込み、人工の関節をつくる手術です。

人工膝関節を行うことで、O脚やX脚といった変形をまっすぐな膝にすることが可能です。人工股関節の場合には病気のため短くなった脚を伸ばすことができます。

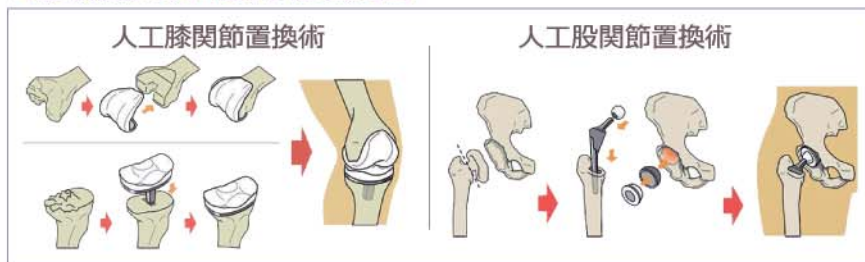
手術後は一昔前までは2週間ほど

ベッド上で安静にしていた時期もありましたが、現在では手術翌日もしくは翌々日までには車椅子に乗っていただき、リハビリをどんどん進めていきます。これは筋力の低下や合併症の予防のために大変重要な事です。そのため現在では、手術後約3週間程度で退院ができます。

### ■人工膝関節置換術



### ■膝・股関節の人工関節手術の概略図



### ■人工股関節置換術



## 手術の長所

－ 痛みのない快適な生活を －

痛みが取れることが最大の長所です。他には可動域の改善や他の関節の負担の軽減が得られます。これらの事により、今まで出来なかった旅行や趣味(軽い山登り、パターゴルフ等)などが可能となり生活の範囲が広がります。これは寝たきりを防止し、健康の維持にもつながります。

「自分の足で痛みなく歩いて人生を楽しめている。これならもっと早くしておけばよかった。」とおっしゃる患者さんが多くみうけられます。

## 当院での取り組み

－ 最小侵襲手術について －

当院では最小侵襲手術法(MIS法)を導入して人工関節を行っております。

最小侵襲手術法とは、特殊な器材を用いて、8～12cmの小さな皮切で筋肉へのダメージを最小限にして行う最新の手術法の事です。

これにより術後の関節へのダメージや痛みが少なく、早期の社会復帰が可能となります。ただ、関節の破壊が非常に高度な方には残念ながら適応となりません。

以上、人工関節について説明させていただきました。当院では、私に限らず整形外科科長の武富先生をはじめ、スタッフ全員が人工関節に精通しております。人工関節のご希望やご質問があれば、どのスタッフにでもお気軽にご相談下さい。



武田 拓之 医師

整形外科人工関節外来担当  
日本整形外科学会整形外科専門医  
日本整形外科学会脊椎脊髄病医

### ■人工関節外来

毎週金曜日  
午前9時～11時30分

### \* 手術の時って輸血をしないといけないの？

手術の前にはご自身の血液を採取して保存しておきます。そして手術の時にその血液を使用することで、ほとんどの方が他人の血液を輸血することなく手術が可能です。

### \* 合併症について

人工関節は十分実績のある手術ですが、比較的大きな手術ではあります。合併症としては感染、人工関節の脱臼、深部静脈血栓症(肺梗塞)などがあげられます。頻度としてはそれぞれ非常に低いものですが、ある一定の確率でおこります。



# 『人工関節術』後のリハビリテーション

リハビリテーション  
理学療法士 生島 秀樹

手術 →

人工関節術後のリハビリの流れについて簡単に紹介いたします。

2～3日



2～3週



3～4週



退院

リハビリ室にて関節可動域運動、筋カトレーニング、立つ・歩く練習が始まります。歩く練習は平行棒内から歩行器・杖へと進んでいきます。

杖歩行が可能となれば、階段昇降、入浴などの外泊に向けた日常生活動作練習を行います。

外泊を行った後、退院となります。



関節可動域運動 (図1)

継続して実施

筋カトレーニング (図2)

継続して実施

歩行練習

継続して実施



平行棒内



歩行器



杖

日常生活動作練習



関節可動域運動 (図1)

筋カトレーニング (図2)



膝関節



股関節



膝関節



股関節



私たちと一緒に  
がんばりましょう!!

## Shinko Infomation

専門医師による地域健康・医療情報セミナー

参加  
無料

### 第3回リウマチ教室 ～リウマチのこと勉強しましょう会!!

リウマチ治療のガイドラインは、年々変わっています。新しい薬の登場により、治療に対する考え方が、痛みを抑えているだけでなく、関節破壊を抑制し、生活機能を維持できるように変化してきました。リウマチ患者さんとその家族を対象に、「関節リウマチ」について正しい知識と理解を深められるように、わかりやすくお話しします。

日時：平成22年3月27日(土) 14:00開演 (開場13:30)

会場：神鋼病院3階講堂 (神戸市中央区脇浜町1-4-47 TEL 078-261-6711)

I

#### リウマチってなに？

リウマチの原因、経過、診断、検査治療法等について

II

#### 最新リウマチ治療情報

神鋼病院 整形外科医長  
武富 雅則

III

#### 自宅でできるリハビリ 生活補助具の工夫

神鋼病院 理学療法士  
生島 秀樹

IV

#### 質問・相談タイム

◆ お申込みが必要です。(定員50名) 下記に平日9時～17時までに申し込み下さい。

医療法人社団 神鋼会 神鋼病院地域医療連携室 担当：浅田 078-261-6739





雷汁  
栄養室 管理栄養士  
宮本 登志子

## しっかりした骨を作るには、 カルシウムだけでは材料不足！

硬くて弾力のある丈夫な骨ができるまでには、たんぱく質、カルシウム、マグネシウム、鉄、亜鉛、リン、ビタミンC、ビタミンD、ビタミンKなどの助けが必要です。

カルシウムの多い乳製品だけでなく、日本の伝統食材を組み合わせ、いろいろな食品を食べましょう。

炒めたときに、豆腐が“ばりばり”と音を立てるため「雷汁」と言われるビタミン、ミネラルたっぷりの汁物はいかがでしょう？

### 材 料（4人分）

- 木綿豆腐 1丁(300g)
- 小松菜 200g(1把)
- ごま油 小さじ2杯
- 煮干粉 大さじ2杯
- 酒 小さじ2杯
- 水 3カップ
- 塩 小さじ1杯
- 醤油 小さじ2杯
- 白葱 1/4本

### 作 り 方

- 1 小松菜はざくざくと切り、白葱は小口切りにしておく。
- 2 鍋にごま油を熱して、豆腐を大きくちぎりながら入れ、強火で炒める。
- 3 煮干粉と酒、水を加える。(煮干し出汁でも可)
- 4 弱火にし小松菜を加え、柔らかくなるまで煮る。
- 5 塩と醤油で調味し、葱を加える。味噌味でも良いです。

【一人分】 エネルギー110kcal  
たんぱく質10g、脂質6g、カルシウム329mg  
マグネシウム48mg、鉄4mg、亜鉛1mg、リン202mg

## 病院に寄せられるよくある質問です

## Q & A

### Question1

久しぶりの受診ですが、  
保険証は変更ないので後日持参すればよいですか？



#### Answer

保険証は原則月1回提示と決まっております。保険証の確認ができませんので、本日は自費扱いとさせていただきます。当月中に保険証と領収書をお持ちいただければ保険扱いで精算し直します。

### Question2

いま総合内科にかかっている、今度他の科を受診したいのですが、  
紹介状は必要ですか？また選定療養費は必要ですか？

#### Answer

紹介状は必要ありません。総合内科の先生にご相談ください。  
受診中の診療科から紹介があれば、予約も可能です。  
また選定療養費も必要ありません。