

## 当院の人工関節手術について

年を重ねるにつれて、多くの方が悩まれる関節の痛みは、命にかかわることはありませんが、痛みをそのままにしていると、そのうち段々と趣味の活動をあきらめたり、消極的な生活を送ることを余儀なくされます。充実した生活をおくるために自分の足で歩くことはとても重要な要素です。整形外科では、骨や筋肉、関節といった運動器の治療を行っています。ここでは膝関節や股関節などの痛みの治療に有効な人工関節をご紹介します。



- [人工膝関節](#)
- [人工股関節](#)
- [手術の流れ\(準備から回復まで\)](#)
- [当院での治療の特徴](#)  
早期回復への取り組み「ラピッドリカバリープログラム」とは
- [よくある質問](#)

### 膝関節

膝関節は大腿骨(腿の骨)、脛骨(すねの骨)、そして膝蓋骨(膝の皿)からなる関節です。更に関節の回りに靭帯や筋肉があり安定性を保つことができています。また、大腿骨と脛骨および膝蓋骨表面は弾力性があり、とても滑らかな軟骨によって覆われています。軟骨は関節を動かしたり、体重が掛かった時の衝撃を緩和するクッションの役目をもっています。

軟骨は通常耐久性があるものですが、年齢を重ねるにつれてすり減ってきます。関節を保護する軟骨がすり減ることにより、徐々に変形性膝関節症を発症します。また、関節リウマチや、以前にスポーツ中のケガなどによる膝の靭帯損傷や骨折をしたことが原因で、関節の変形を生じることもあります。そして体重が掛かるたびに、軟骨の下のむき出しになった骨同士がこすれあって痛んだり、こわばったりするようになります。

健康な膝関節



関節炎の膝関節



## 人工膝関節置換術

人工膝関節置換術は痛みの原因であるすり減った軟骨と傷んだ骨の表面部分を切除して、金属やプラスチックでできた人工の関節に置き換える手術です。痛みの大きな改善と、早期の回復が期待できる治療法です。



全置換型人工膝関節

## 部分置換型人工膝関節

また、膝関節の損傷が比較的軽度の方の場合、膝の片側だけを置き換える部分置換型人工膝関節が使えます。膝全体を置換する全置換型と比べて小さな人工関節のため、骨を削る量や手術の傷も小さく、より早期の回復が望めます。



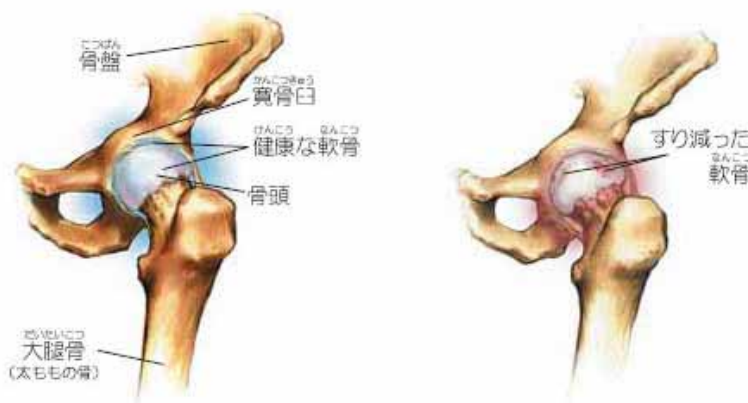
部分置換型人工膝関節

## 股関節

股関節は大腿骨の上の端にある骨頭とよばれる丸くなった部分が、寛骨臼という骨盤のくぼみにはまり込むような形になっており、その構造上、足を様々な方向に動かすことができます。

関節は、骨の表面がとても滑らかで弾力のある軟骨と呼ばれる組織で覆われており、その軟骨が関節を動かしたり、体重をかかったときの衝撃をやわらげるクッションの役目をしています。

軟骨は通常耐久性があるものですが、年齢を重ねるにつれてすり減っていきます。関節を守っている軟骨がすり減ることにより、股関節を動かしたり、体重がかかるたびに、すり減った軟骨の下からむき出しになった骨同士がこすれ合って痛むようになります。



## 人工股関節置換術

人工股関節置換術とはすり減った軟骨と傷んだ骨を切除して金属やプラスチックでできた人工の関節に置き換える手術です。人工股関節は金属製のカップ、骨頭ボール、ステムからできており、カップの内側には軟骨の代わりとなるプラスチックでできたライナーがはまるようになっています。

骨頭ボールがライナーにはまることで、滑らかな股関節の動きが再現できます。痛みの原因となるすり減った軟骨と傷んだ骨が人工物に置き換えられて痛みがなくなることで、日常の動作が楽になることが期待できます。



## 手術の流れ

### 外来受診

- 臨床検査 関節のレントゲン撮影をしたり、関節の動きを調べます。診断、治療方針(手術)の決定
- 検査 手術を安全におこなうために、全身の状態を調べます。レントゲン検査、心電図、血液・尿検査、呼吸機能の検査などを行います。
- コーディネーターによる術前情報提供、リハビリにて手術前の運動指導
- 自己血輸血の採血 手術で一定量の出血が予想される場合、あらかじめ自分の血液を採血しておいて、手術中や手術後に輸血します。



### 入院

- 入院 手術の前日に入院
- 手術 手術そのものの時間はおよそ1.5～2時間程度です。準備等の時間を含めると、さらに1～2時間はかかります。
- リハビリ 手術後1～2日後より、歩く練習、そして徐々に関節まわりの筋肉をきたえる運動をします。自宅での生活を想定した動作の練習もリハビリの中で行います。
- 退院 約10日～20日間頃には退院が可能になります。



## 当院での治療の特徴

### 早期回復への取り組み「ラピッドリカバリープログラム」とは

人工関節置換術を受けられる患者さまが一日も早く日常生活に戻れるようにするための、手術前から手術後までのトータルケアプログラムです。

手術前から運動プログラムを取り入れるなど、早期の回復を可能にするための充実した内容となっています。当院ではこのプログラムを軸に人工関節置換術の治療に関する医師、理学療法士、看護師、がチーム一丸となって治療にあたります。

ラピッドリカバリープログラムで人工関節置換術を行った場合、手術後約10日～20日間程度で退院が可能となり、3～4ヶ月後には旅行や軽いスポーツを楽しむこともできるでしょう。(病状により回復には個人差があります。)

### ラピッドリカバリープログラムの特徴

- 手術や治療について入院前から退院後の生活までご理解いただけるように分かりやすくご説明しています。(写真は、手術の説明に使っているツールの一例です。)



人工関節の模型



関節のパネル



パンフレット

人工関節置換術を受けられる方にお渡ししているガイドブックです。これから受けられる治療・手術について、手術までの準備について、手術後の回復について、リハビリについて、ご自宅で安全に過ごすための注意点など、手術を受けられる方やそのご家族にとって重要な情報が一冊にまとまっています。

詳しくは、どうぞお気軽に整形外科スタッフにおたずねください。



### 関節教室の開催

当院では関節について詳しく知ってもらうために定期的に“関節教室”を行っております。整形外科医師、コーディネーター、理学療法士が人工関節手術について情報提供をします。

開催日時等は院内掲示、ホームページ等をご覧ください。



## リハビリテーションについて

当院のリハビリテーション科では専門スタッフを有し、患者さまの生活の質(QOL)の向上のため、また安心してリハビリに取り組んでいただけるような体制を整えており、人工関節の手術を受けられるそれぞれの方々のニーズに対応したケアを行っています。

手術の前からリハビリ指導を行いこれによって手術後のリハビリがよりスムーズに進められます。

## よくある質問

### Q. 人工関節の手術にはどれくらい入院が必要ですか？

A. 個人差がありますが、手術後通常約10日～20日間で退院が可能です。

### Q. 手術後も受診が必要ですか？

A. 手術後の経過観察のために、また人工関節を長持ちさせるために定期的な受診が必要です。最初の受診は退院の2～3週です。その後は担当医師の指示に従って、はじめの1年は数回、2年目以降は年に1～2回受診します。

### Q. 手術後は、杖が必要ですか？

A. リハビリの間、及び退院後、しばらくは片方のみ杖を使って生活します。足の筋力が充分についてくれば、杖は不要になります。

### Q. 正座はできるようになりますか？

A. 人工股関節の手術の場合、膝や腰に異常がなければ正座できるようになります。人工膝関節の手術では、中にはできるようになる方もいますが、ほとんどの場合正座はできません。

### Q. 手術後はどのような活動が可能でしょうか？ またいつ頃からできるのでしょうか？

A. 以前に手術をされた方は、旅行やゲートボール、ゴルフ、ハイキング、水泳などを楽しんでおられます。個人差がありますが、これらの活動は退院後3～4ヶ月頃から始めることができるでしょう。しかし、走ることやテニス、スキーといったスポーツは関節に過度の負荷をかける可能性があるため避けましょう。運動の内容などは、医師と相談してください。

### Q. 人工関節を受けるのに年齢はなにか制限がありますか？

A. 年齢は関係ありません。むしろ、健康状態の方を考慮します。90歳代でも健康な人なら手術が可能です。

### Q. 人工関節が機能しなくなった場合は？

A. もう一度新しい人工関節に入れ替えることが可能です。

その他、ご質問などはお気軽に整形外科スタッフまでおたずねください。

大船中央病院 整形外科  
鎌倉市大船6-2-24  
0467-45-2111