

変形性股関節症

横浜掖済会病院

整形外科 医長 藤巻洋

1. はじめに (股関節の構造)

股関節は体幹 (からだ) と下肢 (あし) をつなぎ、体重を支える重要な役割を担っている大きな関節です。大腿骨 (太ももの骨) の上端の丸くなった部分を骨頭といい、骨盤側の窪みを寛骨臼といい、股関節は骨頭が寛骨臼にはまりこんだボールとソケットのような構造になっています。正常な股関節は骨頭の大部分が寛骨臼に包まれて安定しているため、大きな動作でも外れることはなく、歩いたり座ったりといった日常生活に必要な基本動作に対応出来るようになっていきます。関節の表面は滑らかな軟骨に覆われており、動作時の摩擦を少なくしたりクッションの役割をしたりしています。股関節を動かす筋肉の中では特に中臀筋という股関節の外側にある筋肉が立ったり歩いたりする際に重要な役割を果たします。中臀筋がしっかり機能することで、歩くときに体が左右にぶれないように安定するのです。

2. 変形性股関節症とは？

成人の股関節疾患の中で最も多いのが変形性股関節症で、関節軟骨がすり減ったり、骨が変形したりすることで痛みが生じたり、動きに制限をきたし、日常生活に大きな支障となります。日本人での変形性股関節症の割合は1.0~4.3%程度で男性よりも女性に多く見られ、近年では人口の高齢化に伴い年々増加傾向です。特に日本人では生まれつき股関節の寛骨臼側の発育が悪く、骨頭の覆いが浅い人 (臼蓋形成不全と言います) が比較的多くみられ (図1参照)、このような人では学生時代に運動していても無症状であるため気づかれることは少ないのですが、荷重が分散されずに狭い覆いの部分に集中してしまうため通常よりも早い時期から関節軟骨が傷つきすり減ってしまい、早い人では30歳前後から股関節の痛みが出てくる場合があります。股関節のつくりが正常な人でも年齢とともに関節軟骨はすり減ってきます。

変形性股関節症の初期では動作時の脚の付け根の痛みが主で、安静にすることで痛みが軽くなります。これを繰り返しているうちにゆっくりと進行していく疾患ですが、まれに数か月のうちに急速に進行することもあります。症状が進行すると変形が生じ、脚が伸びない、膝頭が外を向いてしまうといった股関節の動きに制限をきたし、靴下履きや和式トイレ、正座といった生活動作も困難になります。また、左右の脚の長さも違ってきてし

まいります。

変形性股関節症は、整形外科での問診や診察で股関節の動きの制限の有無などをチェックした後、レントゲン検査を行い診断します。必要に応じて CT や MRI などの精密検査を必要とすることもあります。

3. 変形性股関節症の予防と治療

予防として近親者に股関節疾患の方がいる場合には、股関節の痛みを感じたら早めに整形外科での診察を受けることをお勧めします。体重の増加にも十分注意することが大切です。また先に述べました中臀筋を鍛えるための筋力訓練（横になって脚を持ち上げる訓練やゴムチューブなどで負荷をかけて両脚を広げる訓練）も勧められます（図 2 参照）。

変形性股関節症になってしまったら、痛みの強い時は無理をせず杖を使い、水中歩行など重力の負荷の少ない状況で臀部や脚の筋力訓練を行うことが勧められます。痛みが強い場合には、消炎鎮痛剤（痛みどめ）の内服や外用が有効です。これらの治療を保存療法と言います。

股関節の痛みや機能障害がひどく、仕事や日常生活が著しく制限され、保存療法でも痛みが改善されない場合には、手術療法を検討します。手術療法には大きく分けて「股関節形成術（骨切り術）」と「人工股関節全置換術」があり、股関節の障害の程度、患者さんの年齢や職業など様々な要素を総合的に考えて選択します。近年では人工股関節全置換術が適応されることが増えてきており、全国で年間 4 万件以上行われているとの報告もあります。人工股関節全置換術では変形してしまった^{だいたいこつとう}大腿骨頭を切除し寛骨臼側も傷んだ表面を削ります。そこに特殊な金属やセラミック、ポリエチレンなどから作られたステム（大腿骨側）やカップ（寛骨臼側）などの部品を組み合わせてはめ込みます。人工股関節全置換術を行うことで、股関節の痛みが軽くなる、変形や痛みのため制限されていた股関節の動きが良くなる、身体の他の部位（腰や膝など）への負担が軽くなる、活動範囲が広がることで脚の筋力がつくなどの効果が期待できます。現在さまざまな種類の人工股関節が使われていますが、体内に埋め込んだ人工股関節を長く使うためには手術後の定期検診の継続が必要です。現在の人工股関節の耐久性は個々の患者さんの状態や生活の仕方など様々な要因で異なりますが、15 年～20 年程度と言われています。長期にわたる使用で人工股関節に不具合が生じた場合には、再手術をして人工関節を入れかえる必要が生じるため、若い方が快適な生活を送るための手段として人工股関節の手術を選ばれる際にはこの点を知っておく必要があります。

4. おわりに

健康な状態を維持して長生きするためには自分の脚でしっかりと歩くことが重要です。

股関節は立つ、歩くといった動作に非常に重要な役割を果たしています。高齢の方はもちろん、若い方でも脚の付け根や股関節に痛みや違和感を生じたら、無理せず整形外科にご相談いただき、股関節の病気を見逃さないようにしましょう。

横浜掖済会病院

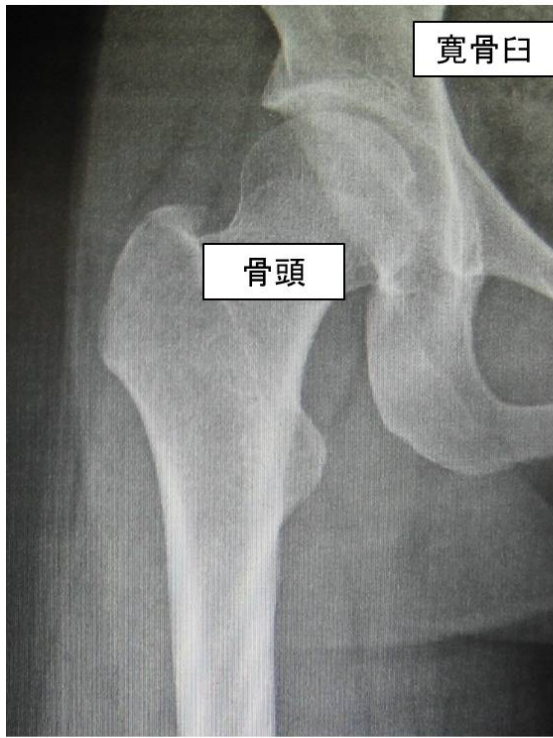
〒231-0036

神奈川県横浜市中区山田町 1-2

TEL:045-261-8191

FAX:045-261-8149

URL:<http://www.yokohama-ekisaikai.jp>



A



B

図1. 正常股関節 (A) と臼蓋形成不全 (B)

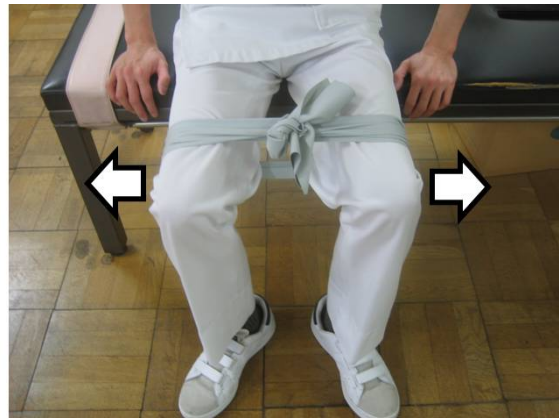


図2. 中臀筋の筋力訓練