

連載

T'SCENE
ティーズシーソククリニック
CLINIC ⑨

膝前十字靭帯損傷と 半月板・軟骨損傷について

富山市内に「西能病院」「整形外科センター西能クリニック」「西能みなみ病院」「介護老人保健施設みどり苑」の4施設を運営する医療法人財団五省会の医師や理学療法士が登場し、高齢化に伴う運動器の障害やスポーツ競技別のけがの特徴などを説明します。今回は西能病院(富山市高田)の整形外科医・岩澤智宏さんです。



西能病院
整形外科医
岩澤智宏

「ひざ」は大腿骨、脛骨、膝蓋骨の三つの骨で構成される関節で、若年から中年のスポーツ選手までそれぞれの年代や競技に応じた傷害があり、人間が立って二本足で歩くことの弊害を大きく受けている箇所です。骨、軟骨、筋肉、腱・靭帯、半月板などといった膝のどこかが傷害されることにより、スポーツ活動のみならず日常生活にも不都合を及ぼす可能性があります。今回は、膝前十字靭帯損傷と半月板・軟骨損傷について話します。

以前の当コーナーでも述べられた膝前十字靭帯損傷(図1)は、ジャンプの踏み切りや着地、急激な方向転換、急停止などの動作で受傷することが多く、バスケットボール、バレーボール、スキー、バドミントンなどで発生します。また、相手選手との接触プレーでの過度の外力により、柔道、相撲、サッカー、ラグビーなどでも発生します。正常な膝の機能を回復させるためには、主に膝前面の膝蓋腱、もしくは膝内側のハムストリング腱を移植して再建する手術治療が必要です。近年、手術方法が格段に進歩し、手術と適切なリハビリテーションでの治療を受けることで、約95%の患者さんがもとのスポーツ活動へ復帰することが可能

となりました。しかし、スポーツ復帰には9カ月から1年を要する大きなケガです。次に、膝半月板と関節軟骨についてです。これらは一度傷んでしまうと、傷み方が軽ければ手術治療で元に戻すことができますが、激しい場合には元に戻りません。将来的に変形性膝関節症を引き起こしてしまうため、早いうちに体にかかる負担が比較的に軽い「関節鏡」による手術治療を受ける必要があります。半月板は膝の内側と外側にある組織で、半月という名前がついていますが、実際は三日月のような形をしています(図2)。

私は学生時代にバスケットボールで膝前十字靭帯を損傷し、手術治療を受けた経験があります。ケガをした直後は何が起ったのか分からず、「この病院を受診したら良いのか」「どんなケガなのか」、診断がついてからは「手術やリハビリテーションなどの治療がうまくいくか」「スポーツに復帰できるのか」といった不安でいっぱいだったことを覚えています。運良く標準的な治療経過をたどってスポーツに復帰し、現在でもプレーすることができています。皆さんにもスポーツを長く楽しんでいただくために日々診療に励んでいますので、もし「ひざ」のけがで困っていることがありましたら、一度相談していただければ幸いです。



図1 膝関節と4つの靭帯



図3 半月板損傷の形態

(図はいずれも日本整形外科学会HPより)

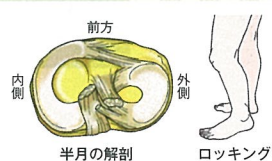


図2 半月板について



図4 変形性膝関節症

Profile 岩澤智宏(いわさわともひろ) 1975年生まれ。青森県出身。2000年弘前大学卒業、同大学整形外科教室に入局。関連病院勤務を経て、15年西能病院に入職。専門はスポーツ整形外科、膝、骨粗鬆症。日本整形外科学会専門医、日本体育協会公認スポーツドクター、日本骨粗鬆症学会認定医。