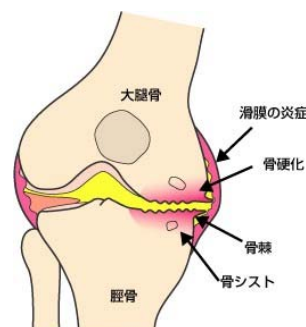


1. 正常な膝の仕組み

膝は大腿骨（太もも）と脛骨（すね）と膝蓋骨（膝のお皿）の3つの骨により構成されています。体重を支えるために大腿骨と脛骨は軟骨や半月板などを介してがっちりと接しています。またこれらの骨を靱帯が支え、安定した膝関節が成り立っています。

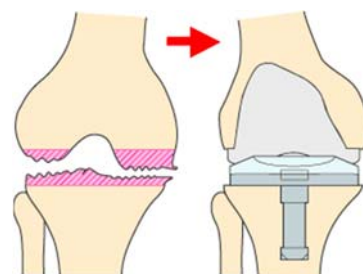


2. 変形性膝関節症とは

世界的な高齢化で変形性膝関節症患者は増加しています。膝のスムーズな動きを保つには、骨の表面にあり、骨と骨との摩擦を軽くし、運動中の衝撃を吸収する軟骨や半月板が重要な役割を担っています。それらが長年の荷重によってすり減り、関節の炎症を起こし、痛みがおきる状態を変形性膝関節症と言います。進行していくと関節が変形して膝がO脚またはX脚となってきます。

3. 主な症状

- ①膝の痛み：膝を曲げると痛い：立ち座りが痛い、階段の上り下りが痛い、足をつくと痛いなど
- ②膝の動く範囲が少なくなる：膝がまっすぐ伸びない、膝が曲がりづらい。
- ③動揺する、安定しない



4. 人工膝関節形成術

傷んでしまった膝の表面の軟骨を切り取り、膝の変形を治し、人工物でできている人工関節をかぶせる手術のことです。イメージとしては虫歯の治療のように悪いところを削り、銀歯をかぶせることを想像してもらえば良いかもしれません。膝がとても痛くて薬の治療などでよくならない60歳以上の方に適応があります。またリウマチの患者さんにも行います。膝や他の部位が化膿している方や、虫歯がある方には人工関節手術ができません

5. 人工膝関節手術を受けると

- ・手術により痛みが軽くなり膝の変形が治ります。
- ・痛みが軽くなり変形が治ることで快適な日常生活を送ることを目標にしています。
- ・2割ぐらいの方では完全に痛みを取り切ることにはできません。
- ・手術後の膝の曲がり、手術前の状態にもよりますが110-130°程度で、正座するのは難しくなることが多いです。椅子中心の日常生活に慣れていただくことになります。
- ・膝に過度の負荷重がかかる作業は控えることが望ましいです。

6. 手術後心配なこと

- ① 膝の曲がり：術後の膝の曲がり、個人差はありますがおよそ110-130°の程度です。
- ② 痛み：手術直後は多少痛みがありますが、リハビリテーションで良くなる人が多いです。
- ③ 違和感：大きな人工関節が入るので手術後3ヶ月くらいは痛み、違和感、熱感がありますが傷が治り膝が柔らかくなることにより自然に慣れていくことができます。
- ④ 深部静脈血栓症：足の静脈に血栓という血の塊ができる合併症です。重度の場合は肺に血栓が飛んで肺塞栓になり、呼吸が苦しくなったり場合によっては死亡に至る重症な合併症を引き起こすことがあります。日本人では約5割程度にこの深部静脈血栓症が起こりうると言われています。手術後フットポンプというマッサージ機を利用して血の巡りを良くして予防を行っています。万が一起った場合は専門の心臓血管外科医に治療していただきます。
- ⑤ 関節の緩み：人工関節は長い年月が経つと骨との間に緩みが生じることがありますこれが人工関節の最も大きな問題で現在の全ての人工関節はいつかは緩みが発生する危険性があります。8年で1%、18年で5.3%が再手術を受けたという報告もあります。