

変形性膝関節症ひざによるひざの痛みとその治療

整形外科部長 片山 健

変形性膝関節症とは、ひざの軟骨がすり減り痛みが出てくる状態をいいます。50歳以上の男女、特に女性に多く、60歳代の女性の約40%、70歳代の女性の約70%がこの病気にかかっているといわれています。ひどくなるとO脚などの

変形が進み、歩く度に激痛に悩まされます。一度壊れた軟骨は元に戻ることはありませんので早期に発見し対策を始めることが重要です。

そのためには次の5項目を調べ、早期の具体的な自覚症状を知っておくことが大切です。

- ①歩き始める時に、ひざに痛みがある
- ②階段の上り下りの時に、ひざに痛みがある
- ③立ち上がる時に、ひざに痛みがある
- ④正座がしづらい
- ⑤ひざの内側を押すと痛みがある

このようなひざに違和感や痛みを覚えた場合は整形外科を受診することを勧めます。治療については痛み止め（消炎鎮痛剤）の飲み薬や湿布、ひざのサポーターを用いた装具療法や軟骨保護作用

のあるヒアルロン酸の関節内注射などを行うことが多くの患者さんには効果的な治療となります。

しかし、飲み薬や関節内注射をしても6カ月以上続く痛みはその後も徐々にひどくなる可能性があります。歩き始め、立ち上がり、階段上り下りのたびの痛みが悪化し、日常生活にもかなりの支障が出てくる場合は手術を考慮してもよいでしょうが、このようなひどい膝の痛みがありながら「手術は怖い、できるだけ手術は避けたい」との思いで痛みに耐えている患者さんは多いと思われます。

代表的な外科手術として人工膝関節置換術がありますが、近年は人工関節の機能性や耐久性も非常に改善されています。当院でも積極的に人工膝関節手術を行っており、麻酔・手術・術後のリハビリテーションも含めて体に対する負担も少なく安全にできるようになっています。

ひざの痛みから解放され、人生の質を高めるために私たち整形外科医が協力させていただきます。

11月から平成28年3月までの期間限定 複数人で「ももたろう号」を利用して 買い物をするれば乗車料金が無料に!

企画財政室総合政策課 ☎ 34・2083

今後、高齢化が進むにあたり、交通手段がなく一人で買い物をするのができなくなる人が増える可能性があります。

そこで、安価で利用できるあいのりタクシー「ももたろう号」に慣れ親しんでもらえるよう、60歳以上の人を対象に期間限定で「ももたろう号」の乗車料金を条件付きで無料とします。また、地域コミュニティの活性化のため、複数人で買い物に出掛けてもらうことも条件に含みます。

これを機会に「ももたろう号」で、

ご近所さんと買い物に出掛けてみてください。

対象 次の条件をすべて満たす人

- ① 60歳以上で「ももたろう号」の利用登録証を持っていること
- ② 2人以上で食料品または日用品の買い物に行くため「ももたろう号」を往復利用すること（マツサージなどのサービス業は除く）

※1人当たり月3回を上限

料金 無料

期間 11月2日～平成28年3月31日

利用時間 午後1時～5時台の便

利用方法

- ① 予約センターに電話し「買い物に行く場所」「自身を含む利用者全員の登録証番号及び氏名」「往復分の予約時間」を伝え、予約をする。



- ② 当日、往路便で一旦一人当たり300円をお支払いください。

- ③ 復路便で、領収書または買物証明書を提示してください。（往路便でお預かりした300円をお返しします）

予約センター ☎ 33-2800 午前9時～午後4時（土・日曜日、祝日を除く）

「ももたろう号」の登録は次へお問い合わせください。

- 企画財政室総合政策課 ☎ 34-2083
- 町商工会 ☎ 32-5300