

メディカル テラス

ひざの腫れと痛み が引きません

バレーボール中に足をひねってしまいました。ひざがパンパンに腫れ、痛みが続いています。湿布をしています。良くなりません。どうしたらよいでしょうか。

回答者

国立病院機構甲府病院整形外科

落合 聡司 医師



おちあい・さとしさん 1997年山梨医大卒。ひざ関節外科の第一人者である広島大の越智光夫教授に学び、2007年、国立病院機構甲府病院整形外科にスポーツ・膝疾患治療センターを開設。同病院整形外科医長。整形外科専門医。

すが、完全断裂の場合やスポーツマン、肉体労働従事者、若い人など活動レベルの高い人は手術が必要で、高齢者や活動レベルの低い人は関節がすり減る頻度が少ないので強引には薦めません。手術をしない場合は、運動時のサポーターの装着や靭帯を保護するための筋力強化とともに、定期的な診察が必要です。ひざをひねったときの応急処置

— どのようなけがの可能性が
ありますか。

症状から、単純な捻挫ではなく、ひざ関節の構成体である靭帯や半月板の損傷が考えられます。ひざ関節には、すねと太ももの骨をつなぐいくつかの靭帯と、衝撃を吸収するクッションの役目を果たす半月板があります。相談者のように「パンパンに腫れる」症状は、高い確率で前十字靭帯損傷を伴っています。

— 前十字靭帯損傷とは。

バレーボールやバスケットボールなどでのジャンプやサイドステップの着地時、ラグビーなどの激しく相手とぶつかり合うコンタクトプレーで起きやすい外傷の一つです。前十字靭帯は、主にすねが太ももに対して前方にずれのを防ぐ役割を担っています。強い力がかかると耐えきれず断裂し、ひざ関節に徐々に血がたまりやすくなります。六〜十二時間で痛みや腫れが非常に強くなり、来院する

人が目立ちます。

— 治療法は。

医療機関でMRI検査や関節鏡検査

— 検査は、ひざに二、三箇所、六〜七通し、靭帯の走向に沿って移植します。今ではひざを大きく切開せず、

前十字靭帯断裂は手術

ひざ裏の屈筋腱を移植

度を調べます。院期間は二〜四週間程度です。

前十字靭帯が完全に切れてしまった完全断裂の場合は、靭帯再建術をお勧めします。

— どのような手術ですか。

ひざ裏にある屈筋腱などを部分的に取って

手術はしなくても治りますか。

— 手術をした後、腫れや痛みが治まると徐々に普通に歩けるようになります。治ったと思いがちですが、これが大きな落とし穴です。靭帯の損傷によってひざが不安定なままに放置すると、半月板が損傷したり、

— 手術はしなくても治りますか。

— 手術をした後、腫れや痛みが治まると徐々に普通に歩けるようになります。治ったと思いがちですが、これが大きな落とし穴です。靭帯の損傷によってひざが不安定なままに放置すると、半月板が損傷したり、

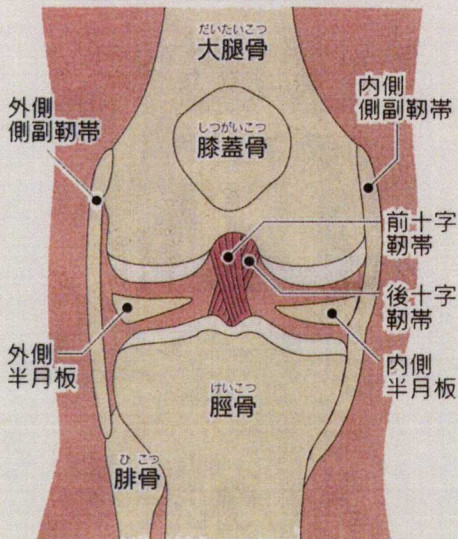
— 手術はしなくても治りますか。

— 手術をした後、腫れや痛みが治まると徐々に普通に歩けるようになります。治ったと思いがちですが、これが大きな落とし穴です。靭帯の損傷によってひざが不安定なままに放置すると、半月板が損傷したり、

— 手術はしなくても治りますか。

— 手術をした後、腫れや痛みが治まると徐々に普通に歩けるようになります。治ったと思いがちですが、これが大きな落とし穴です。靭帯の損傷によってひざが不安定なままに放置すると、半月板が損傷したり、

ひざ関節の構造(右脚・正面)



— 第1、3木曜日に掲載します

〈医療・健康に関する質問募集〉

病名や具体的な症状、聞きたいポイント、住所、氏名、年齢、職業を明記し、郵便番号400-8515、甲府市北口2の6の10、山梨日日新聞社生活部「メディカルテラス」係まで。ファクスは055(231)3161。ホームページ「みるじゃん」の総合メール窓口内「メディカルテラス」でも受け付けます。http://www.sannichi.co.jp/ 紙上匿名。採用されない場合もあります。