

## 変形性膝関節症②

前回は変形性膝関節症の病態について、簡単にお話しました。今回は治療、特に初期の段階の保存的治療について説明したいと思います。



写真 1

まず、変形性膝関節症初期のレントゲン写真は写真 1 に示すように軟骨がすり減って、関節の隙間が狭くなった状態です。このような状態では軟骨がある程度残っているため、まずは保存的治療を行います。保存的治療には次のようなものがあります。

- 1) 消炎鎮痛薬：痛み止めの飲み薬やシップ。  
対症療法であり、痛みの原因を治すわけではないので、痛みが強いときに使用します。
- 2) リハビリテーション：筋力訓練や温熱療法（ホットパック、低周波、超音波など）効果はすぐには現れませんが、副作用がほとんどないので、継続して行えます。
- 3) 関節内注射：ステロイド薬は強力な消炎鎮痛作用があり、痛みが強いときには行われることもありますが、効果に持続性がなく、関節破壊や感染の危険性があるため、頻回には行えません。最近では抗炎症作用と軟骨代謝改善作用があると言われるヒアルロン酸が一般的になっています。
- 4) 装具：足底板（重心をずらすことで軟骨への負荷を減少させます）  
膝サポーター（膝を安定化させます）

保存的治療は若年者や症状の軽い人に効果的です。しかし、保存的治療で症状が軽快することも少なくないので、どんな患者さんでもまずは保存的治療から始めます。保存的治療で症状が軽快せず、日常生活に支障がある患者さんには、手術が必要になります。手術治療については、次回お話したいと思います。

（文責 真田）