

8月号

病院がつくった健康情報サイト

みんなの健康塾ちゃんねる ポケット版

神奈川地区



皆様の健康維持と増進、病気の早期発見と治療に役立てて頂けるよう、「みんなの健康塾ちゃんねる」を開設しました！ポケット版では、ポケット版でしか読めない健康情報や豆知識などをご紹介します！

川崎幸病院

みんなの健康塾ちゃんねる



はやく涼しくなあれー！

主催：一般社団法人 みんなの健康 発行：2025年8月1日

股関節の痛み、我慢していませんか？



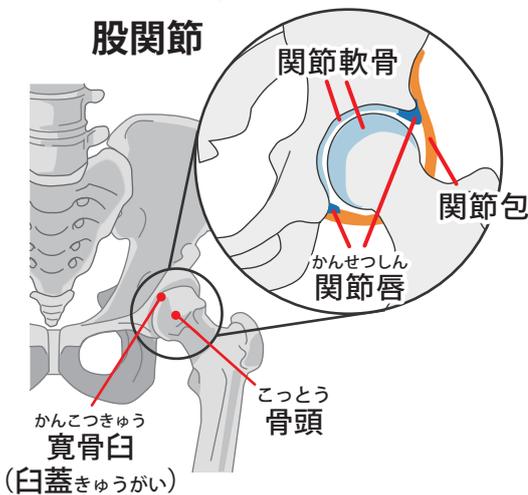
負担の少ない股関節鏡手術について

監修：横浜市立大学付属市民総合医療センター 整形外科部長 / 准教授
横浜石心会病院（非常勤）整形外科医師 小林 直実

『立ち上がろうとすると股関節が痛む』、『最近、股関節の動きが悪くなったような気がする』など、加齢に伴いこのような股関節に関する悩みも増えてきます。

股関節の痛みの原因は、大きく分けると骨や軟骨の変形によるもの、筋肉や腱の炎症、神経の圧迫などがあげられます。加齢による原因が多い一方で、先天性な要因や外傷によるものもあります。

股関節の痛みの原因となる主な疾患



へんけいせいこかんせつしょう 変形性股関節症

股関節の軟骨がすり減り、骨同士が直接ぶつかることで痛みが生じる。

だいたいこつとうえいしょう 大腿骨頭壊死症

大腿骨頭への血流が途絶え、骨が壊死することで痛みが生じる。

関節リウマチ

大腿骨頭への血流が途絶え、骨が壊死することで痛みが生じる。

きゅうがいけいせいふぜん 臼蓋形成不全

股関節の受け皿である臼蓋の形成が不完全で、股関節に負担がかかったり軟骨がすり減ったりすることで痛みが生じる。

こかんせつしんそんしょう 股関節唇損傷

股関節のクッションの役割をする関節唇が損傷し、痛みや引っかかり感が生じる。

だいたいこつかんこつきゅう 大腿骨寛骨臼インピンジメント (FAI)

大腿骨と臼蓋の骨の形が異常で、股関節の動きで骨同士がぶつかり合うことで痛みが生じる。それにより関節唇の損傷が悪化し、股関節の関節軟骨や骨まで削れてしまうと、「変形性股関節症」に進行することがある。

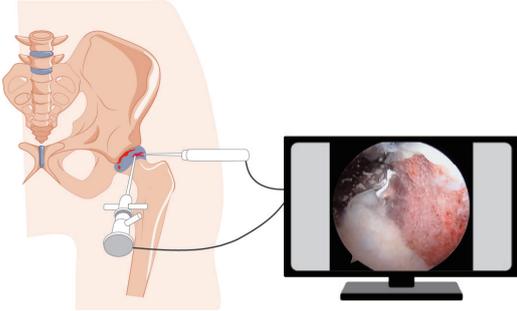


股関節疾患の治療法として「人工股関節置換術」が知られていますが、症状や疾患の程度によって体の負担の少ない股関節鏡手術によって痛みの軽減を図ることが可能です。

股関節鏡手術について詳しく▶▶▶

股関節鏡手術とは？

股関節鏡手術は、皮膚に小さな穴を開けて、細いカメラ（関節鏡）を挿入し、股関節内部を観察しながら治療を行います。傷口も約1 cmほどの穴を2～3箇所開ける程度でほとんど目立たず、大きく皮膚を切開せずにすむため、体への負担が少なく早期回復が期待できるのが特徴です。



退院時の歩行制限はなく、足に全体重をかけて歩いても問題ありませんが、必要に応じて1本杖を使用することもあります。1～2週間程度かけて通常歩行を目指していただきますが、日常生活上は大きな支障なく過ごせることがほとんどです。また、ランニングなどの運動は術後3ヶ月を目安に開始可能です。



股関節鏡手術が適応される疾患は？

股関節鏡手術は、一般的な治療法として知られる「人工股関節置換術」の適応とならない病態の方が対象となります。疾患としては、主に以下があげられます。

初期の変形性股関節症	股関節唇損傷	
大腿骨寛骨臼インピンジメント (FAI)		
滑膜炎 (かつまくえん) 股関節を覆う滑膜という組織に炎症が起こり痛みが生じる。	化膿性股関節炎 細菌感染によって股関節に炎症が起こり痛みが生じる。	腫瘍性疾患 股関節とその周辺組織に発生する腫瘍によって痛みが生じる。

人工股関節置換術が必要になる前の、比較的早い段階であれば、「股関節鏡手術」によって症状の改善を図ることも可能です。ただし、股関節鏡手術は、膝など他の関節に比べて行われている件数がまだ少なく、対応している医療機関も限られているのが現状です。

どの治療法が適しているかは患者さんの病状や、ご希望の生活スタイル等にもよって異なります。「股関節の痛みや違和感が続いている」「股関節を動かしたときに引っかかるような感じが続いている」といった症状がある方は、放置せずにまずは専門医療機関へご相談ください。



**股関節鏡手術については動画でも絶賛公開中！
小林医師が詳しく解説しています。ぜひご覧ください！**



本紙を毎月ご希望の方には郵便でお届けします

本紙のお申込み、その他お問い合わせ

☎044-381-3377 (みんなの健康塾ちゃんねる事務局)

