

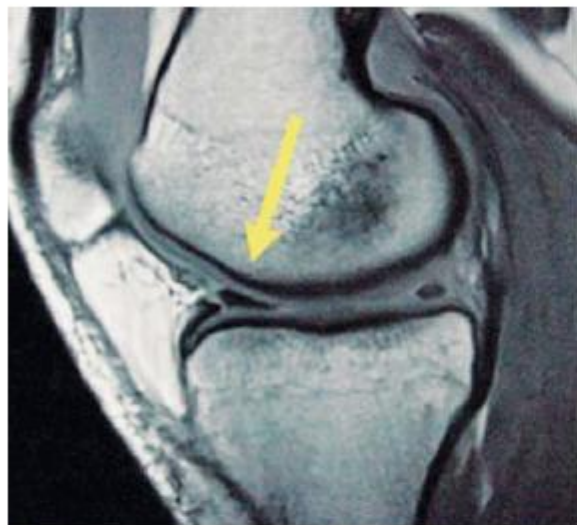


ヘルス&ケア

⑧半月損傷

膝関節の骨表面は薄い軟骨で覆われ、大腿骨と脛骨の間に半月というドーナツを半分にしたような板状の軟骨組織が内側と外側に挟まっています。激しい運動などで強く膝を捻ると半月に亀裂が入ることがあります。初期は2〜3週ほどで痛みは改善し歩行程度は可能になります。しかし、運動時や、しゃがみこみで、「引っかかり感」「ずれ感」

を伴う痛みが起こるようになります。急に膝の曲げ伸ばしができなくなることもありまが、何とか動かしているうちに元の動きができるようになります。元々の動きができるようになります。伸ばすことができないままになることがあります。これはロッキングといわれています。レントゲンには写らないので、診断はMRI検査が必要になります。



前後の黒い三角形が半月。↓は前方に移動しロッキングしている半月

運動制限をしていると、刺激症状が少なくなるので日常生活では痛みが取れますが、運動を再開するとまた痛くなるのが特徴です。その理由は半月板が血流の乏しい軟骨組織のため、一度亀裂が入ると修復されないことが多いからです。経過が長くなるよう、関節に

部分切除か縫合術か慎重に

水が貯まったり、大腿の筋肉が少し痩せてきます。症状が続く場合は内視鏡での手術治療となります。切れ端ができたものは部分切除が適しています。入院は数日ですが、部分切除でも運動の再開は3週間程度から2カ月かかることもあります。亀裂が大きいものは縫合して温存することが薦められています。しかし血流が乏しい組織なので縫合しても癒合に時間がかかり、また癒合しないこともあります。そのため靭帯損傷を合併している場合や、比較的若い世代に適応が限定されます。

縫合した場合は走行は3カ月、運動復帰は5カ月が標準的でしょう。中高年では既に変性していた内側半月が損傷することが多いようなので半月縫合術の成績は安定しているとは言えません。縫合術は狭い関節内での器具の操作が必要なので高度な技術を要します。縫合操作でかえって軟骨を痛めることもあるので、部分切除か縫合術のどちらかが良いかは慎重に選ぶ必要があります。

(稲波脊椎・関節病院 内 山英司副院長)

<http://www.iwai.c>

om/inanami-sekitsui/