



整形外科部長 田代 俊之(たしろ としゆき)

プロフィール

平成 2年 山梨医科大学卒(現山梨大学医学部卒)
 平成 2年 東京大学整形外科入局
 平成 10年 東京通信病院
 平成 15年 JR 東京総合病院
 平成 26年 4月当院勤務

【主な資格】

日本整形外科学会専門医
 日本体育協会公認スポーツドクター



こんにちは！私は山手メディカルセンターの Mascot “ヤマメちゃん”です。今回は整形外科部長田代俊之先生にインタビューしました。田代先生は膝関節の専門家でたくさんの患者さんを診察しています。



1. 整形外科ってどんな科ですか。

ヤマメちゃん: 年をとって膝や腰が痛くなる人が増えていますね。整形外科ってどんな科ですか。

人生 100 年時代に入ってきました。寿命が延びるのは良いことである反面、運動器の老化がついていけず歩けなく、動けなくなる人も増えています。年をとってもスポーツしたり、旅行や買い物を楽しめることは認知症や老人性うつを予防する上でも非常に大切です。運動器の老化は若いころからの心がけや予防も大切です。あきらめずに治療することも大切です。若い人のスポーツ外傷を含め「人生をより楽しみたいという願いを、医学的に手助けすること」を当科のミッションとしています。特に当科では膝・脊椎・手の外・スポーツ・骨軟部腫瘍の特別外来があり他にも外傷・骨粗鬆症の治療にも力を入れています。

2. 変形性膝関節症について

ヤマメちゃん: 先生は膝の専門家と聞いています。年をとって膝が痛くなり歩けなくなる人がいますがこれは病気ですか

関節には骨の表面に軟骨というクッションが覆っています。歩いたり関節を使うと、この軟骨がすり減っていき、最終的に軟骨がなくなり骨と骨がぶつかることもあります。これにより痛みが出てくる病気を「変形性膝関節症」と言います。症状としては、膝に水が溜まる 動きが硬くなるなどから始まり、痛みで歩けなくなってきました。その結果スポーツ・買い物・旅行

などを楽しむことができなくなります。原因としては、肥満・筋力低下などが関係していますので、まず、ダイエット、筋力訓練などが大切です。また、治療としては内服・シップ・関節注射・足底板などがあり、症状が進行した場合は手術治療が必要なこともあります。

3. 変形性膝関節症をもっと知る方法がありますか

ヤマメちゃん: まず、変形性膝関節症について知ることが大切なのですね。実際に勉強するのに良い方法がありますか。

当院では毎月第3火曜日 15時から16時に「中高齢者の膝痛教室」という健康教室を行っております。無料で予約も必要ないのでまず見に来てください。リハビリの実演もしています。また、昨年「変形性ひざ関節症」という本をベースボールマガジン社から出版しました。こちらでは、リハビリの方法をQRコードで動画で見られることもできます。



4. 手術について

ヤマメちゃん: 近所のおばあちゃんがかかりつけの先生に手術を勧められています。どのような手術の方法があるのでしょうか。比較的若くて活動性のある人は骨切り術(図1)

○ 脚になっている脛の一部を切って、X脚に矯正します。膝の内側にだけかかっていた負荷を分散させる方法です。最近はスクリューやプレートの性能が良くなったので、その効果も安定してきました。入院期間は1か月、ただし、半月板や靭帯がある程度残っていることが条件です。



図1

比較的若い人(40~65歳)で、まだまだスポーツがしたい、ママさんバレーボールや卓球、ランニングをしたいけれど、痛みのために出来なくなったという人に勧めています。



図2

進行している人や高齢者には人工膝関節置換術

人工膝関節にも二つの種類があります。関節の変形が比較的軽く膝の内側だけの人には、部分置換(図2)がいいと思います。悪い部分だけ削って人工の軟骨に代わるものを入れます。かなり進行して内側だけでは対処できない人は全置換(図3)。その人の状態に応じて選択できます。



図3



人工膝関節にしたら、あまり飛んだり跳ねたりするのは勧められませんが、普通の活動は快適にできるようになります。買い物に行きたい、旅行に行きたいなど、患者さんが本当は何を求めているのか、何がやりたいのかを聞き出すのも医師の仕事でしょう。

5. 手術の目的とタイミングは

ヤマメちゃん: どのようになったら、手術を考えたら良いでしょうか。

あなたの健康発見!!

※経鼻内視鏡に対応しております

早期発見 早期治療

健康管理センター (人間ドック・検診)

相談窓口専用電話 03-5925-6005

受付時間/月~金12:15~16:45

つつじ通信を見たというスムーズです。

再検査や精密検査が 同じ病院で受診可能 です!

33の診療科・外来を有する総合病院ならではのバックアップ体制があります!

専門医による正確な診断を行い、そのまま当院で迅速な治療が開始 できます!



きっと見つかる。あなたの健康発見プラン。



当院は人間ドック学会が定める様々な審査項目に合格した優良な「機能評価認定」施設です。

