



# しまたに 健康倶楽部(季節号)



平成23年 10月  
第6巻 秋号

医療法人社団 島谷病院, 721-0955, 福山市新涯町 2-5-8, 電話 084-953-5511  
ホームページ <http://www.fukuyamamed.hiroshima.med.or.jp/kaiinhp/shimatani/>  
メール [shimatani@fukuyama.hiroshima.med.or.jp](mailto:shimatani@fukuyama.hiroshima.med.or.jp)

## 秋号 トピックス

## 膝の痛み

## 整形外科 田辺 滋樹

- 1 膝の痛み  
整形外科 田辺 滋樹
- 2 検査って?(シリーズ2)
- 3 しまたに健康倶楽部の  
ご案内
- 4 コンサートのご案内

### 膝が痛む原因は?

ひざの痛みをもたらす疾患としては、さまざまなものが考えられます。

**変形性膝関節症**は最も頻度が高く、中高年以上の方で諸因なくひざが痛む場合、まず疑われます。

2つめには**関節リウマチ**などの炎症性の疾患によるもの、3つめにはひざの周辺の骨折や、靭帯や半月板を傷めるなどの**外傷**によるものが考えられます。



## 変形性膝関節症ってどんな病気?

**膝関節の軟骨がすり減り、関節炎や変形を生じて、痛みなどが起こる病気です。**

正常の膝関節では関節の表面は**軟骨**で覆われています。軟骨は、衝撃を和らげたり、関節の動きを滑らかにしたりしています。また、滑膜から分泌される**関節液**は軟骨の成分の1つであるヒアルロン酸を含んだ粘りのある液体で、膝関節がスムーズに動く潤滑油と軟骨の栄養の役割を果たしています。

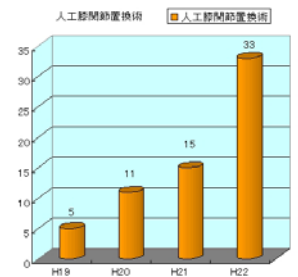
軟骨の磨耗がある程度すすむと、膝の曲げ伸ばしや立ち上がり、歩行時の膝にかかる負担の増加および軟骨、半月板の変性による刺激により**関節炎**が生じます。関節炎では、膝を曲げ伸ばしたときの痛みや曲げ伸ばしの制限が生じます。また、関節液が多量に分泌されて関節に「**みず**」がたまることもあります。関節内のヒアルロン酸は逆に減少します。さらに進行した変形性膝関節症では、軟骨の磨耗がさらに進み、膝を動かしたり立って歩いたりするたびに硬い骨同士が直接ぶつかり合うため、強い痛みを生じ、曲げ伸ばしの制限も高度となり日常生活において大きな障害となります。



## 変形性膝関節症の治療方法は?

変形性膝関節症の治療方法には、大きく分けて**保存療法**と**手術療法**の2つがあり、保存療法にはリハビリテーション、装具療法、物理療法、薬物療法があり、これらを組み合わせて行われます。

手術療法は、骨切り術、人工関節置換術などがあります。人工関節置換術は、変形した関節の表面を金属などでできた人工の部品で置き換える手術です。人工膝関節置換術の入院期間は、20日程度です。



裏面に続きます。

### — 基本理念 —

『患者様と共に悩み、そして  
共に歩み続ける病院』



### — 基本方針 —

1. 説明と同意の原則を遵守します。
2. 納得のできる医療をやさしく提供します
3. チームワークを重視し、職種・職域を越え協力します。
4. ホスピタリティ精神(おもてなしの心)
5. 研鑽を怠らない、変わる自分を目指します。
6. 健全な経営、開かれた経営を目指します。



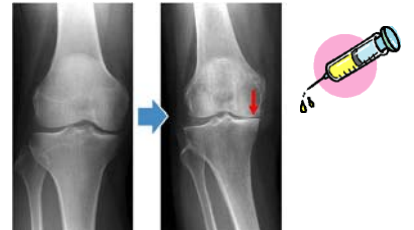
医療・療養に関するご質問・ご相談等は、総合案内(受付)または地域連携室・在宅ケア室までお気軽にお問い合わせください。

## ヒアルロン酸による治療

薬物療法の中にヒアルロン酸による治療があります。ヒアルロン酸は、膝の大腿骨と脛骨のすき間にある潤滑油「滑液」のもととなっているもので、大腿骨と脛骨の間のクッション的役割を果たす「軟骨」の成分でもあります。ヒアルロン酸が不足すると、これらのクッション的役割を果たすものが正常に機能せず、ひざに痛みが出てきてしまいます。そのため、ヒアルロン酸を注射すると「滑液」「軟骨」の働きが正常に戻り、ひざの痛みが軽減する効果が期待できます。

以上、簡単ですが膝の痛みの原因から治療方法をご紹介いたしました。膝の痛みや動きがおかしい?など、気になることがございましたら、遠慮なくご相談ください。

早めの対処で症状の進行を抑え、膝の痛みを予防しましょう。



## 検査って? (シリーズ第2回)

どうして医師は「朝食を抜いて採血をしましょう」と言うのでしょうか?

採血で診る検査値には病気そのものに影響されますが、それ以外に食事、安静度、服薬、体位、その他多数の因子によって影響されます。特に食事の影響される検査値は血糖値と中性脂肪です。

血糖値は食後上昇する為、空腹時が望ましいですし、中性脂肪は食後6時間ぐらまでは上昇するので絶食が望ましいです。また、中性脂肪は食事の内容にも左右され、高脂肪食の場合通常の値に回復するためには14時間以上要すると言われています。

ですから、なるべく正しい値を知りたい時、医師は『朝食を抜いて採血をしましょう』と言うのです。



## いきいき参加する! 『しまたに健康倶楽部』

### 第4回 排泄ケア・尿失禁体操

いつまでもあなたらしくいるための『オムツからの脱出大作戦!』

日時: 11月30日(水) 13:00~14:00 リハビリテーション室

参加費は無料です。皆さまのご参加をお待ちしております。



大好評のクリスマスコンサート!  
心に響く音色をご堪能ください。

また、ハーモニカコンサートの懐かしい  
音色をどうぞ、お楽しみください。

## ロビーコンサートのお知らせ

『ハーモニカコンサート』を10月に予定しております。

日時: 10月20日(木) 予定 13:30~14:30 リハビリテーション室

演奏者: 網引ハーモニカサークル

参加費は無料です。皆さまのご参加をお待ちしております。



『クリスマスロビーコンサート』を12月に予定しております。

心に響く音色をご鑑賞ください!

日時: 12月予定 リハビリテーション室

詳しくは、当院ホームページまたは院内の掲示板でお知らせいたします。



### — 患者様の権利 —

1. 良質で適切な医療を平等に受ける権利があります。
2. 医療について十分な説明を受け、ご自身で選択する権利があります。
3. 個人情報にかかるプライバシーは守られる権利があります。

### 医療法人社団 島谷病院

721-0955 福山市新涯町2-5-8

電話番号:

084-953-5511

FAX 番号:

084-953-7304

電子メール:

shimatani@fukuyama.hiroshima.med.or.jp

