手術後もゴルフ楽しむ

土浦の瀬戸島四郎さん　半年に1度の受診

ゴルフを楽しむ瀬戸島さん（つくばみらい市の茨城ゴルフ倶楽部で）

茨城ゴルフ倶楽部（つくばみらい市）顧問の瀬戸島四郎さん（72）（土浦市在住）は、変形性股関節症のために1995年9月に人工関節の手術を受けた。

瀬戸島さんは7歳の時に木炭車にはねられ、左足を骨折した影響で左膝が曲がらなくなり、その後、変形性股関節症になった。

90年ごろから左足の股関節に痛みを感じるようになり、95年には寝返りをうっても痛むまで悪化した。「20歳代から始めた大好きなゴルフを続けたい」との思いが強く、通院していた筑波大付属病院（つくば市）で手術を受け、主治医から「手術から1年間はゴルフができない」とくぎを刺された。

リハビリを兼ねてアプローチやパターの練習を始め、96年6月には手術後初めて1ラウンドをこなした。右打ちの瀬戸島さんは、左膝と人工関節への負担を軽くするため、左膝を開いて力を抜くフォームに改めた。

昨年10月に計1000ラウンドに達した。現在は半年ごとに同病院で受診し、レントゲン撮影によって人工関節の状態を確かめている。あまり無理せずに月5～10ラウンドを楽しんでおり、「次の目標は1500ラウンド達成」と意欲を見せる。

筑波学園病院　瀬戸嶋　政勝 医師

筑波学園病院（つくば市）整形外科・リハビリテーション科の瀬戸嶋政勝医師に、同病院での人工関節手術について聞いた。

◇

人工関節を入れるのは「治療の最後の手段」だが、「最良の手段」でもあり、患者の状態を診ながら、手術を受けるよう積極的に勧めている。その際、患者には「治療の半分は手術、残り半分はリハビリ」と説明している。

主に膝の手術を担当しており、両膝の手術が必要な場合には、患者に十分説明した上、条件がそろえば一度に両膝の手術を受けることを勧めている。リハビリは、筋力を維持するよう積極的に勧めている。その際、患者には「治療の半分は手術、残り半分はリハビリ」と説明している。

治療の半分はリハビリ

手術に不安を抱く患者には、手術を受けた患者から体験談を聞く機会を設けることもあり、一人で悩まずにまずは外来を訪ねてほしい。

手術を受けた大半の患者が「こんなに楽になるなら、もっと早く手術を受けていればよかった」と話している。

手術直後からリハビリを再開し、術後感染が起きないように十分注意する。退院後は、3か月ごとと、手術から1年経過したら半年ごとに、レントゲン撮影して人工関節にゆるみが生じていないかを確認する。

手術を受けることを勧めている。リハビリは、筋力を維持させるように手術前から受けてもらう。

手術直後からリハビリを再

変形性関節症

まずは筋力増強や薬で

病気別に医療機関ごとの治療実績を伝える「病院の実力」。「人工関節」手術は、加齢に伴う関節の痛みや関節リウマチの痛みに対して行われる。くらし健康面には年間90件以上、各地域版では50件以上の施設を一覧にした。手術件数は、県社会保険事務局に情報公開請求した。しかし、人工関節を入れるのは最後の手段だ。ここでは、その他の対処法を紹介する。年を取って軟骨がすり減ることで起こる膝や股の変形性関節症にどう向き合うか。

病院の実力 ～茨城編3

人工関節

■運動

脚上げや、お尻の筋肉体操、プールでの水中歩行などがある。血行を良くし関節を軟らかくするとともに、筋力アップで関節の負担を減らすことが目的。肥満の人は、減量するのも効果的だ。

■くすり

消炎鎮痛薬の服用や湿布、塗り薬などのほか、軟骨の成分であるヒアルロン酸を関節内に注射する方法もある。一時的に痛みを和らげられる。

■装具を使う

O脚の人は体重の負担が膝の内側に集中し、傷みやすいので、装具で矯正する方法がある。外側が高く角度のついた足底板を敷き、膝が外側に開くのを抑える。保温性のあるサポーターも使われる。

股関節は、片方の変形が進むと、左右の足の長さに差が出て、歩きにくくなることもある。この場合、靴の裏に厚み（補高具）を着けて調整する方法もある。

■骨切りなどの手術

膝の場合だと、すねの骨を切ってO脚を矯正する。股関節なら、ももの骨の収まり具合を安定させるため、骨盤やももの骨を切る。再度悪化した場合、人工関節などの新たな治療がしやすいという利点がある。

ただし、体への負担は大きく、日常生活に復帰するまでに約3か月かかるのが難点だ。患者が比較的若い場合は、後に再手術になると治療が大変な人工関節を避け、こちらを選ぶ場合もある。

そのほか、関節内のカスを掃除する簡便な手術もある。

※全国の調査結果は「くらし健康面」に掲載しています。次回は3月30日「心臓カテーテル治療」の予定です。

病院の実力「人工関節」
医療機関別2006年治療実績

	医療機関名	手術件数
茨城	筑波学園	205
	筑波大	111
	水戸済生会総合	62
	龍ヶ崎済生会	61
	鹇崎	55
	取手協同	55
	筑波記念	52
	国・水戸医療セ	51
	水戸赤十字	51
	いちはら	51
栃木	済生会宇都宮	140
	国・宇都宮	106
	自治医大	85
	那須中央	63
千葉	船橋整形外科	270
	松戸市立	154
	千葉大	108
	北習志野花輪	98
	県リハビリセ	97
	千葉労災	94
	勝浦整形外科ク	81
	帝京大ちば総合医療セ	75
	日本医大千葉北総	59
	船橋市立医療セ	58
	君津中央	56
	習志野第一	53

都道府県社会保険事務局に情報公開請求。「セ」＝センター、「国・」＝独立行政法人国立病院機構、「ク」＝クリニック