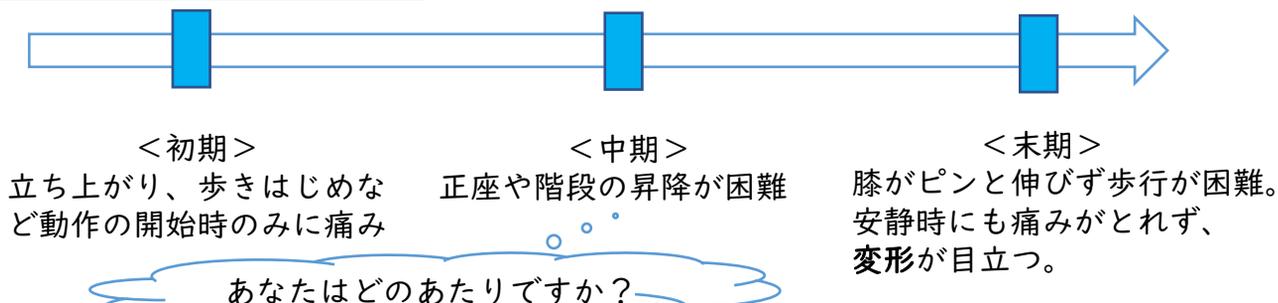


## 変形性膝関節症が進むと...

対象の方

膝が痛い方や今後が不安な方

### 重症度チェック



\*整形外科学会より

### 変形って？



O脚変形



正常



変形性膝関節症

X線(レントゲン)写真  
立位で撮影すると変形が、より明らかになる

変形性膝関節の患者様ではO脚変形を伴うことが多いです。変形と聞いて気になった方は、ご自身の脚を確認してみましょう。どの程度、症状が進行しているかは、レントゲン検査などで確認することができます。

\*整形外科学会より

### 治療

症状が軽い場合は痛み止めの内服薬や外用薬を使ったり、膝関節内にヒアルロン酸の注射などをします。また大腿四頭筋強化訓練、関節可動域改善訓練などのリハビリテーションを行ったり、膝を温めたりする物理療法を行います。このような治療でも治らない場合、右図のような人工膝関節置換術が検討されるかもしれません。 \*整形外科学会より



人工関節置換術

術後はどうなるの？

人工関節の種類や手術によって多少の差はありますが、120度前後は膝を曲げることが可能と報告されています。では、120度とはどのくらいでしょうか。右の写真がおおよそ120度になります。120度と聞くととても曲がるように聞こえますが、当然正座は困難になります。120度以上曲がっていた方は、術前より曲がらなくなる傾向にあり、患者様の期待と術後の日常生活との解離を生じやすいとされています。



\*人工膝関節置換術後の屈曲可動域予測、理学療法科学より

そうなる前に... 膝に痛みがあったり、不安に感じる方は早めに受診しましょう。早い段階から治療を受けることで、人工膝関節置換術を行わずに済むかもしれません。ご自宅でもできる簡単な運動を以前に紹介させて頂いています。バックナンバーの「ご自宅で出来る膝の運動」をご覧ください。