

いつまでもいつか歩きのためにー人工股関節全置換術とはー

股関節は上半身を支える関節の一つであり、歩く時には体重の3〜4倍もの負荷がかかります。外傷が原因で強い痛みが続く、日常生活に大きな支障がある時、人工股関節に置き換える手術が検討されます。最近では予定通り手術が進めば、痛みは短期間で軽減され歩行機能の改善に大きな効果があります。多くの場合、術後1〜2日です。

さらにリハビリの早期開始、早期退院、そして早期社会復帰へと繋がります。

☆人工股関節全置換術（THA）には2種類あります

(1)最も多く行われているのが患者さんの体位を横向きにして、股関節の後ろ側から切開する方法です。最近では、医師をサポートするナビゲーション、さらにロボットを用いたロボット支援手術が増えています。

(2)もう一つの方法は患者さんの体位を仰向けにして股関節の前側から切開する方法です。後ろ側から行う手術には無い利点があります。おおむけになって手術を行うため、人工股関節を取り付けた後、医師が可動域を細かく確認したり、足の長さを微調節できる点、また後ろ側から行う手術とは異なり大腿部やお尻の筋肉を切らず、筋肉と筋肉の間から手術を行うことができます。

ングを行って大腿部やお尻などの筋力を高めたり、ストレッチを行って股関節の柔軟性や可動域を維持することが大切です。退院後は、2〜3カ月間ほど通院してリハビリを行い、日常生活への復帰をめざします。適切なリハビリを行えば以前の生活を取り戻すことが期待できます。

☆THA術後リハビリはいつから？

基本的に麻酔の影響が無ければできるだけ早期にリハビリを開始すべきで、安静にしているよりも筋力や関節の可動域の回復が早くなります。ただ受ける手術によってリハビリ開始時期が変わります。股関節を後ろ側から切開する手術では臀部の筋肉を切るため、前側から切開する手術に比べて術後の臀部筋肉の痛みが強くなるため、後側から切開する手術はリハビリを開始する時期が遅くなります。

☆人工股関節全置換術後に厄介な避けるべきこと

前側から切開する手術には、術後に脱臼が起こるリスクが高くなります。とにかく、術後の脱臼を避けることです。「脚を内側に寄せたり」「ひねったりする」「動きは脱臼のリスクが高いので避けるようにしましょう。たとえば、「脚を組む」「横座りする」「膝を曲げてかがむ」等は避けるべき動作です。

週間後には退院できています。大腿骨頸部骨折や外傷による後遺症などで、ダメージを受けてしまった股関節は、非常に強い痛みを伴います。この痛みを早急に取り除けば、退院直後には通常の生活が可能になり、水泳、サイクリング、ゴルフなども可能です。

☆人工股関節全置換術とは

股関節を人工股関節に置換するのは最小侵襲手術で行います。従来の人工関節手術は、執刀医がなるべく良い視野を確保するために大きく切開して、15〜20cmと切開範囲が広く、関節を支える筋肉にダメージを与えてしまい、機能回復が遅れてしまうという難点がありました。最近では、従来の1/2〜1/3程度の約7〜8cmのみの皮膚切開により筋肉へのダメージが少ない手術が行なわれております。この術式を最小侵襲手術といい、この術式により、手術後の痛みや筋力の低下を軽減することができます。

☆人工股関節全置換術後のリハビリ

術後、早くから股関節の痛みは無くなりますが、リハビリとして筋力トレーニングやストレッチは続ける必要があります。運動を継続することは回復をうながして、股関節の長期的な健康を保つために非常に重要です。筋力トレーニング