

健康



よもやま話 ⑦

前十字靭帯は、膝の主な4つの靭帯の1つで、膝の中央で大腿骨の後の部分から脛骨(すねの骨)のやや前方についています(図の左下のシエマ)。前十字靭帯が切れると膝の安定性がそこなわれ、脛骨が大腿骨に対して前方に異常に動く動揺性を生じます。スポーツ、歩行、日常動作などで膝がカクツとなること(膝くずれ)と呼びます。この膝くずれを繰り返すと、膝の半月(繊維軟骨)からなるパッキンのような膝の部品)や関節軟骨をいため、変形性関節症(関節軟骨が摩り減って痛みを生じる病気)に至る危険性があります。スポーツ、歩行、日常動作などで、膝くずれを生じる方は、装具を着用するか、この靭帯の再建



小林千益 部長

諏訪赤十字病院 整形外科

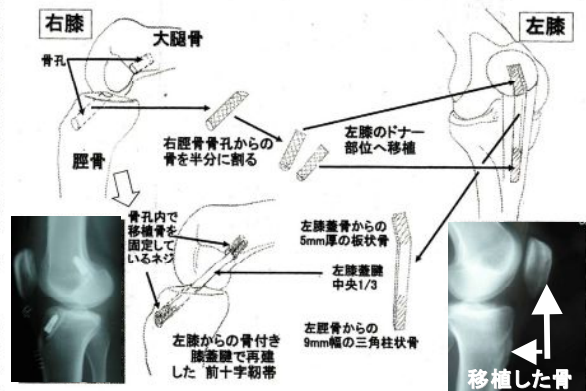
膝の前十字靭帯の新しい再建術 (作り直す手術)

約半年でよりスムーズにスポーツ復帰

術を受け、膝くずれを生じないようにすることが必要です。

前十字靭帯再建術には主に2つの方法があり、骨付き膝蓋腱を用いる方法と、半腱様筋・薄筋腱(膝の内側にある膝を曲げる筋肉の腱)を用いる方法があります。これらとともに、術後数年で9割程度の成功率で、両者間に術後成績の差がほとんどありません。前者の方が移植腱の両端に骨(膝蓋骨と脛骨からの骨片)が付いており、術後間もない時期の固定性にすぐれ(ゆるみずらく)、リハビリも早く、長期的にも再建靭帯による膝安定性が若干まざるようです。骨付き膝蓋腱を用いる方法では、術後4ヶ月で装具を着用し運動を再開し、術後約半年で装具なしでスポーツが可能となります。

それに対し、半腱様筋・薄筋腱を用いる方法では、スポーツ復帰は術後1年を過ぎてからです。骨付き膝蓋腱を用いる方法の欠



点は、移植腱を採取した部分(ドナー部位)の疼痛、特に床にひさますく時に痛むことが1割程度あること、膝を伸す力(太ももの前の部分にある大腿四頭筋の力)の低下が著しいことです。その欠

点(ドナー)の左。その際、脛骨の骨孔から採取した円柱状の骨を半分に割り(図の中央上)、左膝のドナー部位の骨が欠損した所に移植します(図の右、右下はX線像)。この骨移植は、ドナー分部の痛み、

特にひざまずいた時の痛みを予防するために、反対側の膝より移植腱を採取する方法を、米国のスポーツドクターのシエルボーン先生が考案しました。図は、右膝の前十字靭帯を再建する場合ですが、左膝より膝蓋腱の中央1/3(幅約10mm)を(図の右上、その両端の骨を付けて採取します(図の中央下)。右膝の前十字靭帯の大

腿骨と脛骨につく分部にトンネル(骨孔)をあけます(図の左)。その際、脛骨の骨孔から採取した円柱状の骨を半分に割り(図の中央上)、左膝のドナー部位の骨が欠損した所に移植します(図の右、右下はX線像)。この骨移植は、ドナー分部の痛み、

特にひざまずいた時の痛みを予防するために、反対側の膝より移植腱を採取する方法を、米国のスポーツドクターのシエルボーン先生が考案しました。図は、右膝の前十字靭帯を再建する場合ですが、左膝より膝蓋腱の中央1/3(幅約10mm)を(図の右上、その両端の骨を付けて採取します(図の中央下)。右膝の前十字靭帯の大

腿骨と脛骨につく分部にトンネル(骨孔)をあけます(図の左)。その際、脛骨の骨孔から採取した円柱状の骨を半分に割り(図の中央上)、左膝のドナー部位の骨が欠損した所に移植します(図の右、右下はX線像)。この骨移植は、ドナー分部の痛み、

特にひざまずいた時の痛みを予防するために、反対側の膝より移植腱を採取する方法を、米国のスポーツドクターのシエルボーン先生が考案しました。図は、右膝の前十字靭帯を再建する場合ですが、左膝より膝蓋腱の中央1/3(幅約10mm)を(図の右上、その両端の骨を付けて採取します(図の中央下)。右膝の前十字靭帯の大

平成21年2月1日

長野日報掲載(許可転載)。

健康よもやま話より

日赤通信