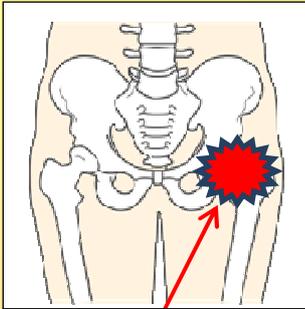


へんけいせいこ かんせつしょう  
**変形性股関節症**



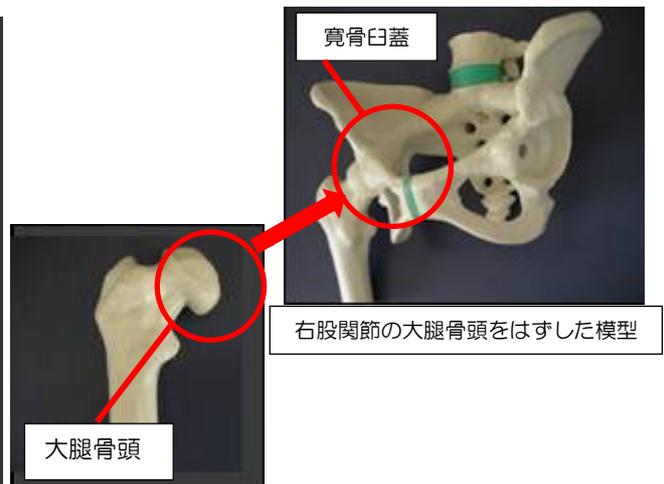
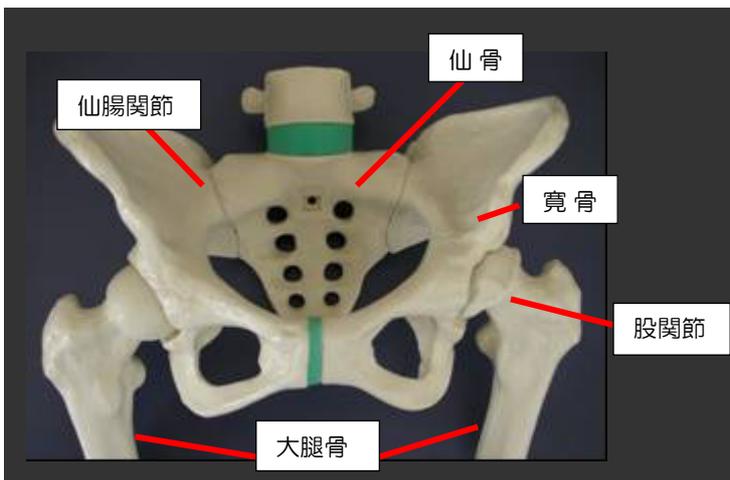
変形性股関節症

医療法人将優会 クリニックうしたに  
 理事長・院長 牛谷義秀

過激な運動やけがのほか、股関節へ繰り返し負担をかけ続けることによって、股関節を構成する関節軟骨がすり減り、股関節に変形が生じるために痛みが起こる病気です。立ったり座ったりする時や運動する際に初めて股関節に痛みを自覚することが多いようですが、ひどくなれば安静時にも痛みが生じることもあります。放置すると、次第に股関節の動きが制限され、日常生活にも支障が出るようになります。

1. 股関節のしくみ

股関節は骨盤と大腿骨(ふとももの骨)の継ぎ目にあたり、骨盤側のおわん状・臼状のくぼみ(寛骨臼)に、大腿骨の先端の球状の部分(大腿骨頭)がはまり込んでいます。寛骨臼も、大腿骨頭も、関節軟骨という弾力性のある組織に覆われており、関節がなめらかに動くようになっています。関節軟骨は弾力性に富んでおり、衝撃を吸収するクッションの働きをしており、また摩擦抵抗が少ないためになめらかに関節を動かすことができる構造になっています。関節は関節包という袋状のものに包まれ、内側では滑膜から関節液が分泌されていて潤滑油の働きをしながら、同時に軟骨に栄養を供給しています。



## 2. 変形性股関節症の症状（表1）<sup>1</sup>

変形性股関節症は一般に、関節をなめらかに動かすために骨の表面を覆ってクッションの働きをしている関節軟骨が、加齢・肥満などのほか、運動・けが・職業的な負担などが加わってすり減ってしまうために起こります。股関節の関節軟骨は20歳代から徐々にすり減り、進行すると滑膜炎や関節水腫、骨破壊が見られるようになります。畳や和式のトイレなど、立ったり座ったりすることが多い和式の生活の中で、股関節に大きな負担が加わると、病状が進行性に悪化して、さまざまな症状を引き起こします。

変形性股関節症は進行の程度によって、足の付け根（股関節部）や臀部にこわばりや重圧感を感じる初期から、次第に歩行時や階段の昇り降りでは痛みが起こり、変形が進行し進行期から末期になるにつれて、痛みが強くなるばかりか股関節の動きも制限されるようになり、筋力も低下してくるため、日常生活が徐々に制限されてきます。「床から立ち上がりにくい」、「あぐらをかけない」、「脚が組みにくい」などの症状があったら、注意が必要です。

変形性股関節症には以下のような臨床症状があります。

表1 変形性股関節症の臨床症状	
①	股関節の疼痛
②	股関節の可動域制限・関節拘縮（あぐら・靴下の着脱・足趾の爪切りが困難になり、末期では関節が全く動かない状態になってしまう）
③	下肢や臀部の筋力低下・筋萎縮
④	患側下肢の短縮（下肢の長さに左右差が出る）
⑤	跛行（足を引きずる）
⑥	ほかの関節や脊椎の病気の合併

## 3. 変形性股関節症の原因（表2）

変形性股関節症は、その原因がはっきりしない一次性的変形性股関節症と、原因が明らかな二次性的変形性股関節症があります。80%以上が二次性であり、臼蓋形成不全・先天性股関節脱臼などといった小児期の股関節の病気のほか、骨折などの外傷、痛風などの炎症が原因になって生じるものがあります。

臼蓋形成不全や先天性股関節脱臼などの小児期の股関節の病気が女性に多いため、また女性は男性に比べ関節が緩く周囲の筋力も弱いことなどの理由から、変形性股関節症は女性に多く見られる病気となっており、年齢とともに多くなります。

表2 変形性股関節症の分類	
1 次性変形性股関節症	股関節に構造上の欠陥がなく、また特別な病気を伴わない
2 次性変形性股関節症	股関節の構造異常、または何らかの病気に伴う 先天性股関節脱臼、先天性臼蓋形成不全などの先天性の病気、化膿性股関節炎、関節リウマチなどの炎症性の病気、骨折、脱臼などの外傷、骨壊死などの病気、骨系統疾患、

## 4. 変形性股関節症の診断

変形性股関節症は痛みなどの自覚症状に対する問診、歩行状態、股関節の動きなどの診察とレントゲン検査で行います。レントゲン検査では、股関節の軟骨のすり減りや骨そのものの変化、股関節の適合性を検査します。また、骨の変化や関節液の貯留などを確認するため、CT検査やMRI検査を行う場合もあります。

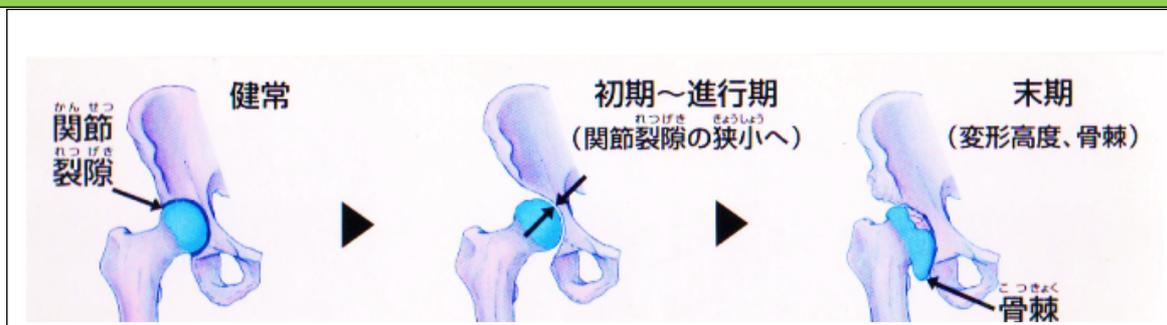
### 1) レントゲン検査 (表3 変形性股関節症の進行度分類)

正常な場合、大腿骨頭は丸く球形で、骨盤側の臼蓋と大腿骨頭の関節の軟骨の隙間である関節裂隙は4~5mm空いています。ところが、末期の変形性股関節症(図1)では、①骨盤側の臼蓋と大腿骨頭の関節裂隙が消失、②股関節の受け皿である臼蓋側の骨の端の方が変形してとがって外側へ張り出している骨棘が見られ、また③荷重がかかる部分にはレントゲンで骨が白くなって見える骨硬化という所見が見られ、さらに④大腿骨の骨頭が破壊・変形をきたして扁平化(扁平骨頭)しています。

表3 変形性股関節症の進行度分類

I. 前股関節症	臼蓋形成不全などはあるが、関節軟骨はほぼ正常
II. 初期股関節症	股関節の軟骨が徐々にすり減り、関節の隙間がわずかに狭くなる
III. 進行期股関節症	軟骨がさらにすり減り、関節の隙間がより狭くなる。大腿骨頭や臼蓋にとげ状の変形(骨棘)が生じる
IV. 末期股関節症	軟骨がほとんど失われ、関節の隙間がなくなり、骨がお互いにぶつかるようになる

図1 健常な股関節から、変形が高度となる末期の変形性股関節症までの模式図



## 5. 変形性股関節症の治療

### (1) 運動療法

まずは股関節周囲の筋肉をリラックスさせて股関節の動きをよくして痛みを軽くします。脚の開脚運動や股関節の屈伸運動のほか、水中ウォーキングが特におすすめです。杖の使用、温熱療法などの理学療法、湿布、塗り薬、痛み止めの内服薬などを用いた保存的治療を行います。股関節周囲の筋力トレーニングも関節の安定性を高めるのに有効です。

### (2) 生活改善

肥満の人は、体重のコントロールを行うことが大切です。ただし、極端な減量は骨を弱くするので注意が必要です。また、和式の生活(布団で寝る生活や座布団を使う生活、和式トイレ)では立ったり座ったりするのに股関節へ大きな負担がかかります。股関節に負担のかからない靴を選んだり、杖やシルバーカーなどを積極的に利用し、買い物の

際は重いものを持つのをできるだけ避けるようにカートを使うことが望めます。

### (3) 薬物療法

変形性股関節症が進行すると非常に強い痛みが現れるようになります。運動療法や生活改善を図っても効果が見られない場合は、痛みを鎮めるために内服薬、外用薬、注射薬などが使われます。しかしながら、薬物療法は痛みを抑えることができても、病気そのものを治療することはできません。やはり、手術が必要とされる程度にまで悪化しないように運動療法等の併用が必要です。

### (4) 手術

股関節に高度の変形があって日常生活に支障があり、薬物療法でも症状軽快が改善しない場合は、手術が検討されます。

手術が検討される際に最も重要なのは「痛みの程度」や「日常生活の支障の程度」です。手術をするタイミングは「年齢」「職業」などの生活背景と大きく関わるので、かかりつけ医と十分に相談してください。

変形性股関節症の代表的な手術には、「関節鏡手術」「骨切り術」「人工関節手術」などがあります。

#### 1) 関節鏡手術

関節鏡を使って、炎症のある滑膜を取り除く手術です

#### 2) 骨切り術

変形した股関節の骨（骨盤の一部の骨）を切つてずらし、股関節の形を整える手術です。

#### 3) 人工股関節手術

傷んだ臼蓋と大腿骨頭を取り除いて、人工の関節に置き換えます。退院後は痛みから解放され、ほとんど支障のない日常生活が送れるようになります。しかしながら、人工関節は感染や関節のゆるみ、破損が問題になることがあり、また人工関節の寿命は現在のところ 20 年程と言われており、再度手術をしないといけないこともあります。



右変形性股関節症（赤円）



右変形性股関節症（近接写真）



人工股関節手術後（赤円）

## 6. まとめ

股関節に違和感を覚えたり、動作によって痛みを感じるようなことがおこったら、早めに専門医を受診してください。病状が軽い段階では、生活の改善や姿勢の矯正、運動療法などで悪化しないですみます。また、大腿骨頭の血流が悪くなり骨が壊死する「突発性大腿骨頭壊死」、骨粗鬆症のお年寄りに多い「大腿骨頭部骨折」のほか、「慢性関節リウマチ」などの病気との鑑別も重要となりますので、放置しないようにしましょう。