

この先生に聞きました!



倉敷リバーサイド病院  
人工関節センター長  
川口 洋

# 股関節の痛みをなおす

街を歩いていると、職業がらず  
違う人の歩き方がつい気になっ  
てしまいます。股関節に痛みがあ  
る人の歩き方には特徴があり、右  
脚に体重がかかると右に、左脚に  
体重がかかると左に上体が傾いて  
います。立ち姿は片方の肩が  
下がり傾いていたり、背中が反り  
返つて膝がX脚だったり、逆に背  
中が丸まつてO脚の人もいます。  
この人は股関節が悪いのだろう  
な、きちんと治せばもっときれい  
に歩けるのに……と、声をかけたく  
なることがあります。

股関節は股の付け根にある、胴  
体と脚をつなぐ大きな関節です。  
日本の女性は生まれつき骨盤の  
くぼみが浅い人がいて、子供を産  
んだあたりから股関節の痛みが  
出やすいと言われています。骨盤

のくぼみが充分ある人でも、骨折  
や脱臼・肥満・激しい運動などが  
原因で、軟骨がすり減つて痛みが  
起きます。リウマチや膠原病などの病気、タバコやアルコール、ステロイドホルモンなども股関節痛の原因となることがあります。

関節痛に対する人工関節治療  
は年々増えており、膝や股関節では一般的な治療方法の一つです。軟骨がすり減つてしまつた場合、単に痛み止めの薬を飲んでいても根本的な治療にはなりません。虫歯  
で歯に穴が開いているのに痛み止  
めを飲んで我慢しているのと同じ  
です。虫歯の痛みが歯のかぶせものをするときりなくなるように、股関節自体の痛みは人工関

節治療でほぼなくなります。



## 公益財団法人 大原記念倉敷中央医療機構 倉敷リバーサイド病院

院長 島村淳之輔

診療科 内科／神経内科／外科／整形外科／小児科／眼科／  
耳鼻咽喉科／麻酔科(吉川慶三)／放射線科／  
リハビリテーション科／歯科

その他 健康管理センター、人工関節センター、緩和ケア医療センター

検診 特定健診、企業健診、人間ドック、脳ドック、乳がん検診、健康診断

086-448-1111 倉敷市鶴の浦2-6-11 P200台  
<http://www.kchnet.or.jp/krh/>

○ 診察時間(整形外科)

	月	火	水	木	金	土	日
8:30~11:30	○	○	○	×	○	○	×

※診察は午前のみ ※祝日は休診 ※診療科目により診察時間が異なる



✓ 椅子に座って足首を反対のひざの上に乗せてあぐらをかくようにしたとき、横に倒せない。

✓ 膝を抱えて体育座りをすると、膝を胸につけることができず開いてしまう。

## 自分でできる股関節のチェック

どちらか一つでも当てはまれば股関節に問題があります。

股関節の痛みは慣れてしまうと、階段の昇り降りや長時間の歩行を避けねばそれなりに生活ができます。しかし5年、10年と股関節をかばいながら生活していると、腰が曲がって腰痛や神経痛が出たり、膝がはれて痛みが出たりします。

股関節の動きが悪い場合、股関節に痛みがなくても、ひざや腰に負担をかけないように、予防的に人工関節治療をすることがあります。痛みはそれほどでなくとも人工関節をいれると、「もう年だから」や「まだ若いから」といわれることが多いのです。

人工関節治療を考えるときに、「まだ若いから」「もう年だから」は「まだ若いから」は「将来があるから治す」、「もう年だから」は「寝たきりにならないように治す」、「すでに骨切り手術をしていわゆる」は「悪いところは過去にとらわれずに治す」と、シンプルかつ前に向いて考えて治療することが大切です。

股関節の痛みは治すと決めるのです。



イラスト:あさひ