

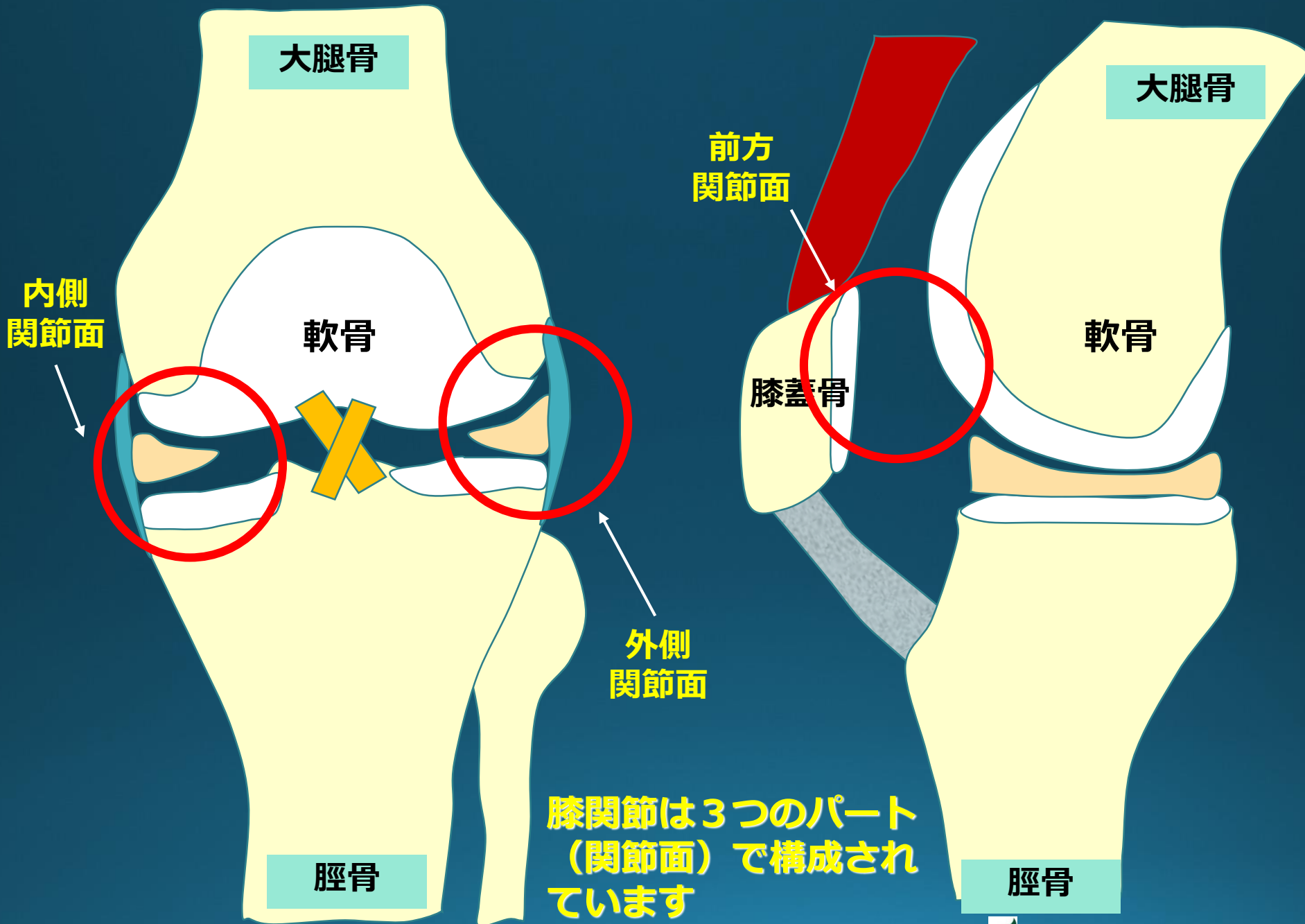
半月板損傷の治療について



信州大学医学部附属病院

整形外科 下肢グループ

文責：天正恵治





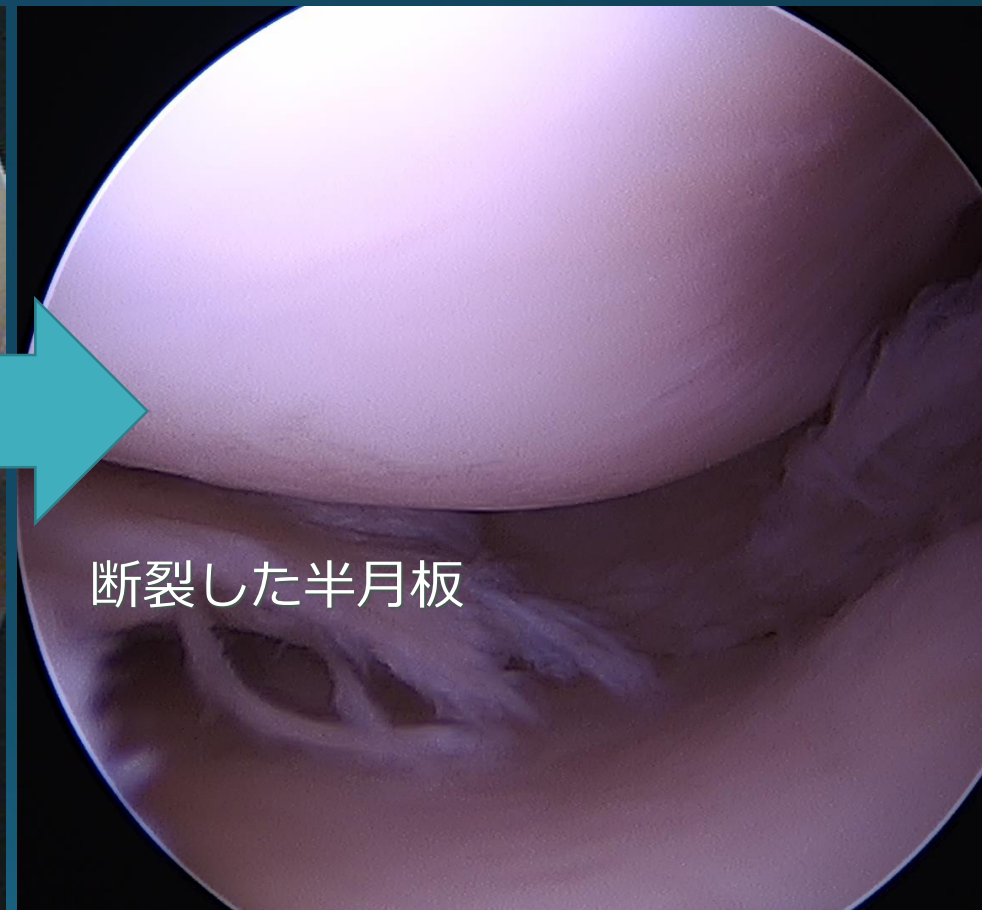
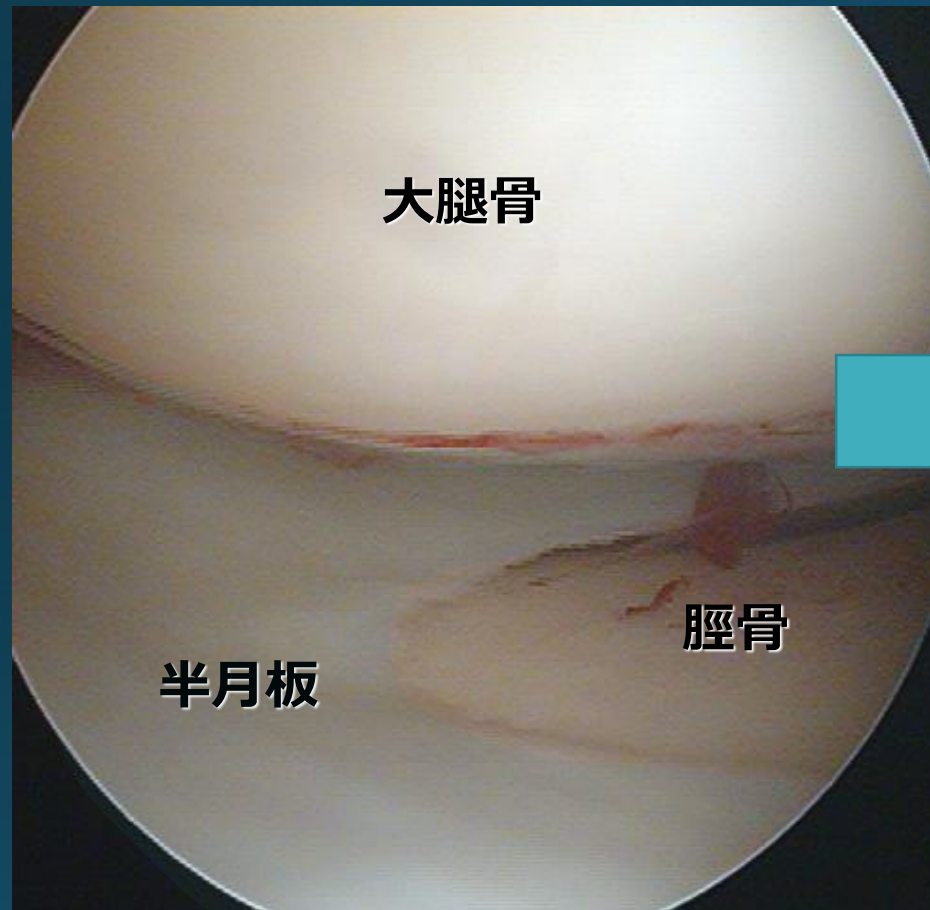
半月板は内側と外側にひとつずつ存在します

膝関節における半月板の役割

- ・ 荷重の伝達
- ・ 衝撃の吸収
- ・ 関節の安定性
- ・ 軟骨の保護

☆ 半月板は膝関節にとって
大変重要な組織です

半月板損傷



半月板損傷

半月板損傷には2つパターンがあります

- 若年者が運動による大きな外力で生じる損傷
- 中高年者が小さな外力で生じる損傷
(年齢に伴って半月板はもろくなっています。損傷に気づかない事も多い)
- ・ 損傷された半月板は自然に治ることはありませんし再生する事ありません
- ・ どのパターンかで治療内容が異なります



半月板損傷の治療

・ 保存治療

自然に治癒する事はありませんが、様子を見て症状が改善する事があります。（確実に良くなる訳ではありません）

・ 手術治療

－半月板切除

－半月板縫合



半月板損傷の治療

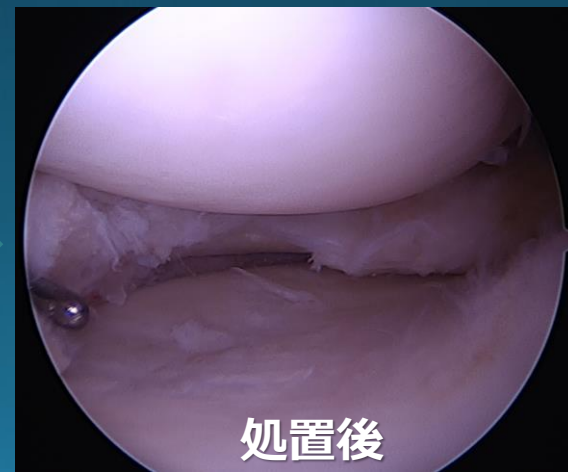
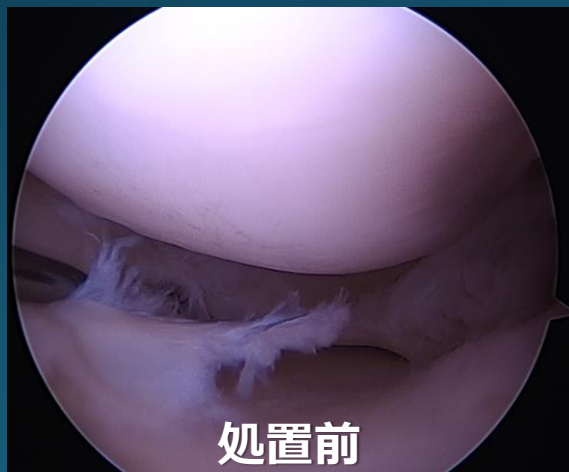
- ・ 当科では重要な組織であるため出来るだけ温存（縫合）を試みています
- ・ ただ半月板は非常に治癒能力が低い組織です
 縫合しても上手くくっつかないことがあります
- ・ 年齢・断裂した部位/形態・活動性・変性の程度で処置内容（切除するか縫合するか）を判断します
- ・ どちらを行うかは最終的には術中に決定します



半月板切除

内視鏡で痛んだ半月板を切除します

- 半月板の状態が悪い（変性している）場合
 - 半月板損傷が部分的で修復が難しい場合
 - 治りの悪い部分の損傷の場合
- + 軟骨の状態が良い場合



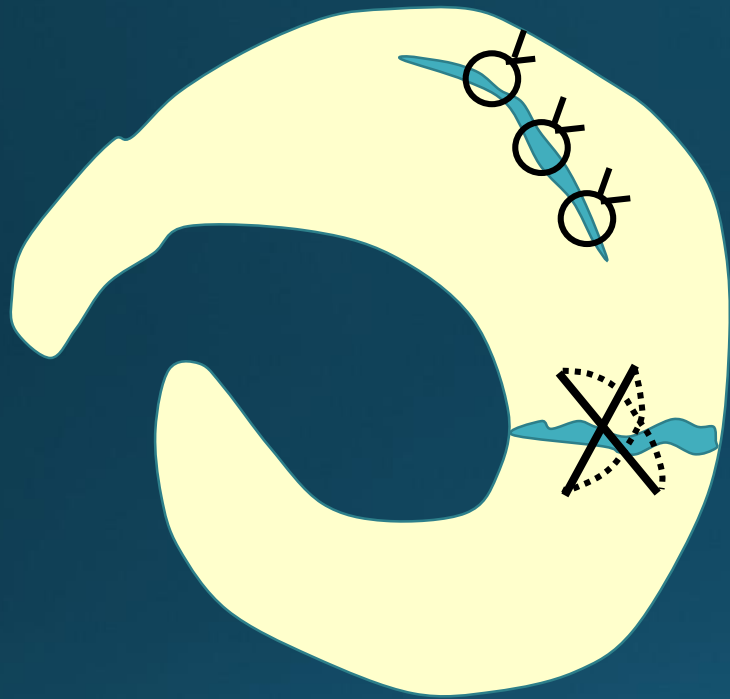
半月板切除

手術後のスケジュール

- 手術前日に入院
- 手術翌日から歩行可能
- 2－4日で退院が可能
- ・ 1ヶ月程度は膝に負担が掛からないように注意して生活してください
- ・ 最初は膝の痛みや腫れで綺麗に歩けないので杖を使って歩行します



半月板縫合



- ・ 関節鏡を用いて切れている部分に糸を掛けて縫合します
- ・ 断裂の長さ・状態によって掛ける糸の数が変わります

➡ 多く糸を掛ける場合は別に傷口を作ります

- ・ 手術後は1週間くらい膝を動かさないように固定します



半月板縫合

手術後のスケジュール

- 手術前日に入院
 - 手術翌日から車椅子可能
 - 10－14日で退院が可能
-
- ・ 切除するよりも入院期間・制限期間が長くなります
 - ・ 杖が外れるまでには4－6週間かかります
(人によってリハビリ期間が異なります)

半月板切除/縫合

半月板切除

半月板縫合

治療期間

短い

長い

術後の痛み

軽い

やや強い

再手術率

少ない

やや多い

半月板機能

低下する

温存される



よくある質問

Q：いつ手術をすればよいですか？

A：運動を早くしたい場合には早めに手術をしたほうがいいでしょう。（怪我をしてから手術までの期間が長くなる半月板の状態は悪化します）

ただ、特殊な場合を除き仕事や学校の休みの期間まで待機することは可能です。

（手術を受けるまでにはなるべく運動は控えたほうがいいでしょう）



よくある質問

Q：症状が余り無いのですが手術をしたほうがいいですか？

A：症状がない場合は経過を見ることがあります。ただ、自然に治癒をする事はないのでその場合も定期的に医師の診察を受けたほうがいいでしょう。



よくある質問

Q：入院期間はどの程度ですか？

A：切除の場合2－3日縫合でおおよそ10－21日くらいです。

リハビリの進み具合が早い場合には早めに退院できますし、遅い場合には時間がかかります。

Q：付き添いは必要ですか？

A：必要ありません

Q：松葉杖は買う必要がありますか？

A：必要ありません。貸出があります。



よくある質問

Q：傷口はどのくらいの大きさですか？

A：切除の場合6mmくらいの内視鏡の傷が2箇所できるだけです。縫合の場合は3cmくらいの傷がもう1箇所追加されます。



よくある質問

Q：車の運転はどれくらいから出来ますか？

A：車の運転をしても手術部位に悪影響を与えることはありませんが、、交通安全の点から松葉杖が外れてから（手術後4－6週）をお勧めしています。（左膝でも同様です）



よくある質問

Q：仕事にどれくらいで復帰できますか？

A：椅子に座ってできる仕事（事務職）であればすぐに復職できます。立ち仕事であれば1ヶ月半—2ヶ月くらいです。重いものを持ったりしゃがみこむ作業がある場合には4ヶ月程度かかります。（早い時期に無理をすると縫ったところが緩んでしまうので注意してください）



よくある質問

Q：縫合した所がくっつけば半月板は元通りになるのでしょうか？

A：損傷した部分は線維性の組織で修復され正常よりは強度が低いことが知られています。また半月板そのものの状態が悪い（脆い）場合は再断裂を生じてしまうことがあります。

**（運動や膝を使う方は特に）
このため手術した後も気を付けて使うようにしてください（あまりに状態が悪い場合には切除するのはこのためです）**

お願い

なるべく希望に沿うように手術を行うようにしていますが、当院は大学病院という特性上、希望をいただいてもすぐに手術日を決定してお伝えすることが出来ません。患者さんの希望に沿うようになるべく早く調整いたしますが、希望の時期を少し幅をもたせて（2－3週）検討して頂き、担当医にお伝えください。

