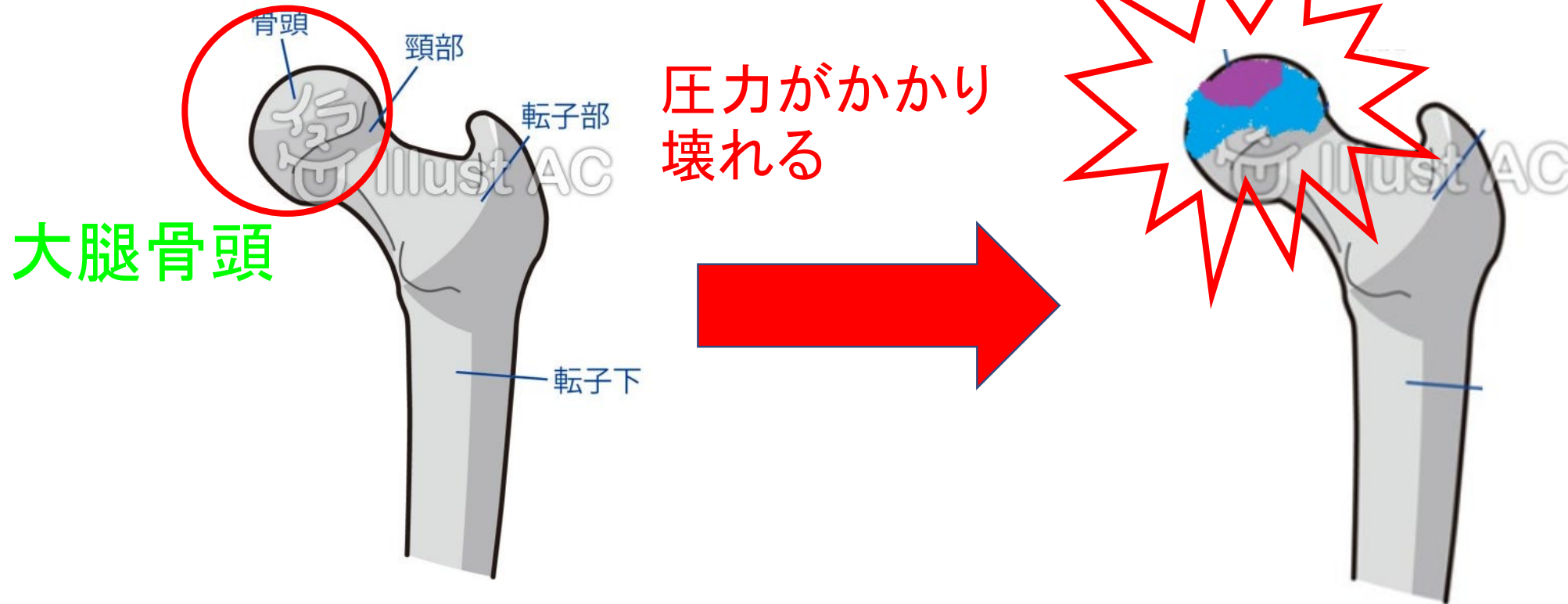
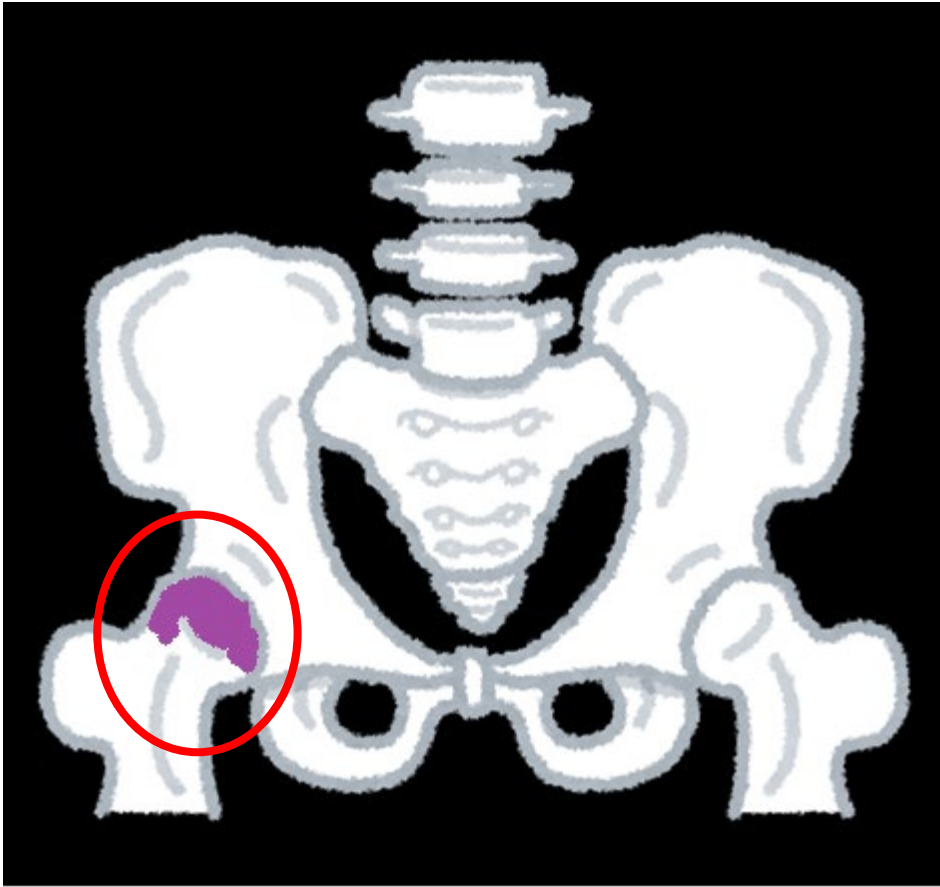


大腿骨頭壊死症とは



何らかの理由で大腿骨の血流が低下し、骨組織が壊死して、骨頭に圧力がかかり壊れる疾患

大腿骨頭壊死の種類



①原因が明確:

外傷、潜函病、放射線照射

②原因が不明:

ステロイド性(薬物性)、アルコール性、
特発性

発生頻度



1年間での新規発生数は2000人

男女比はやや男性が多い

男性で40代、女性で30代がピーク

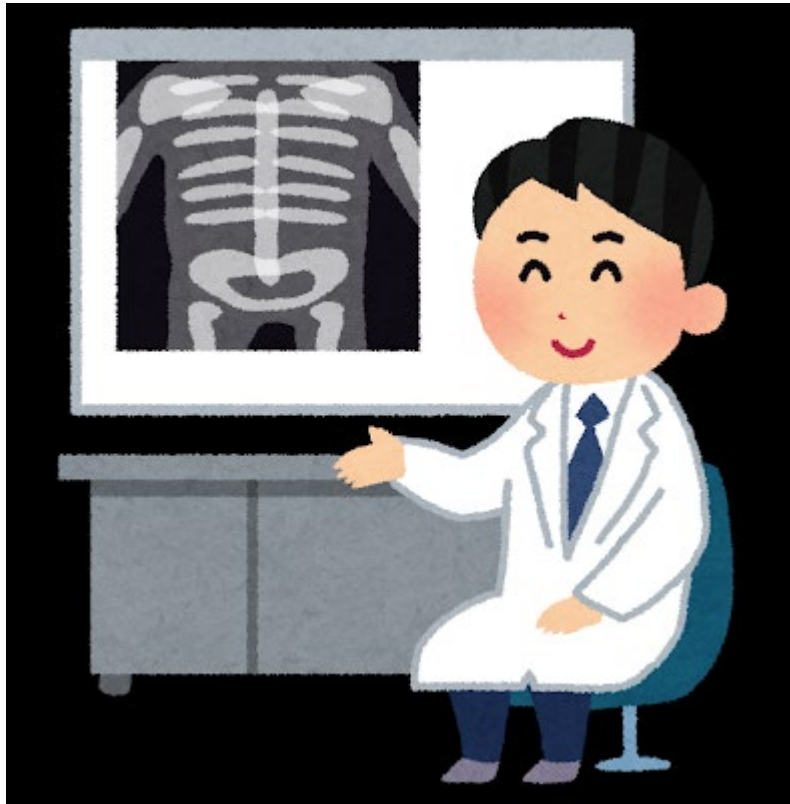
男性はアルコール性、
女性はステロイド性(薬物性)が多い

症状



- 初期症状として、体重をかけた際の**股関節痛**
- 痛みは骨破壊の進行に伴い、良くなったり悪くなったりを繰り返す
- 病期が進行すると股関節の曲がりが悪くなる

診察



先生による診察とX線、MRI検査を行う

大腿骨頭壊死の治療

大腿骨頭壊死は2種類の治療方法がある

1. 手術療法
2. 保存療法

※壊死範囲の大きさや進行度を考慮して治療方針を決定

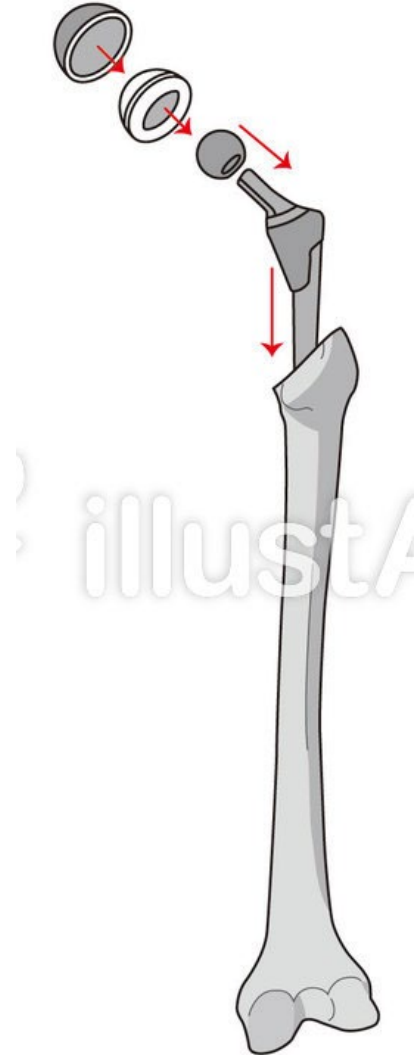
大腿骨頭壊死の治療(手術療法)



① 大腿骨回転骨切り術(杉岡法)

大腿骨頭の前方あるいは後方に残存する健常部を上方に回転移動させる方法

大腿骨頭壊死の治療(手術療法)



②人工骨頭(股関節)置換術

傷ついた股関節の損傷面を取り除いて、人工関節に置き換える手術

大腿骨頭壊死の治療(保存療法)



①薬物療法

②生活指導

アルコール性の場合禁酒



③リハビリ

可動域運動、筋力向上運動など

股関節ストレッチ



①片あし抱え込み



②開排動作(内側筋肉ストレッチ)

靴下を着脱動作獲得のため、

①股関節が 95° 以上 ②開排約15cm以下になることを目指す

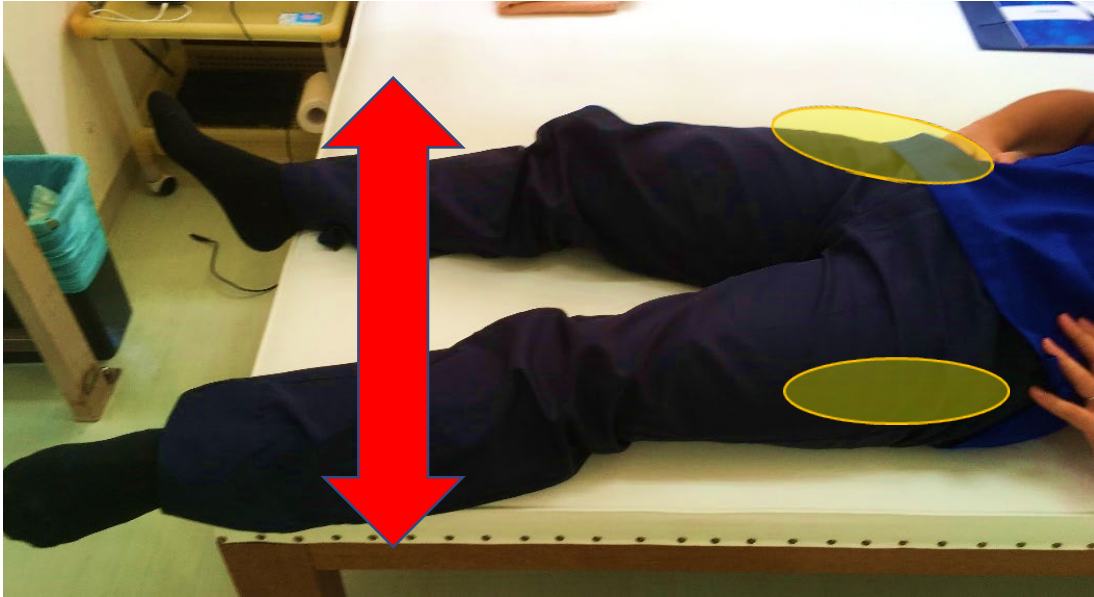
※人工関節の手術を行っている場合、**股関節脱臼に注意！！**

筋力訓練① 股関節を外に捻る筋力



脱臼を減少させるため、股関節を外に捻る筋力の強化が必要

筋力訓練② 股関節外に開く筋力



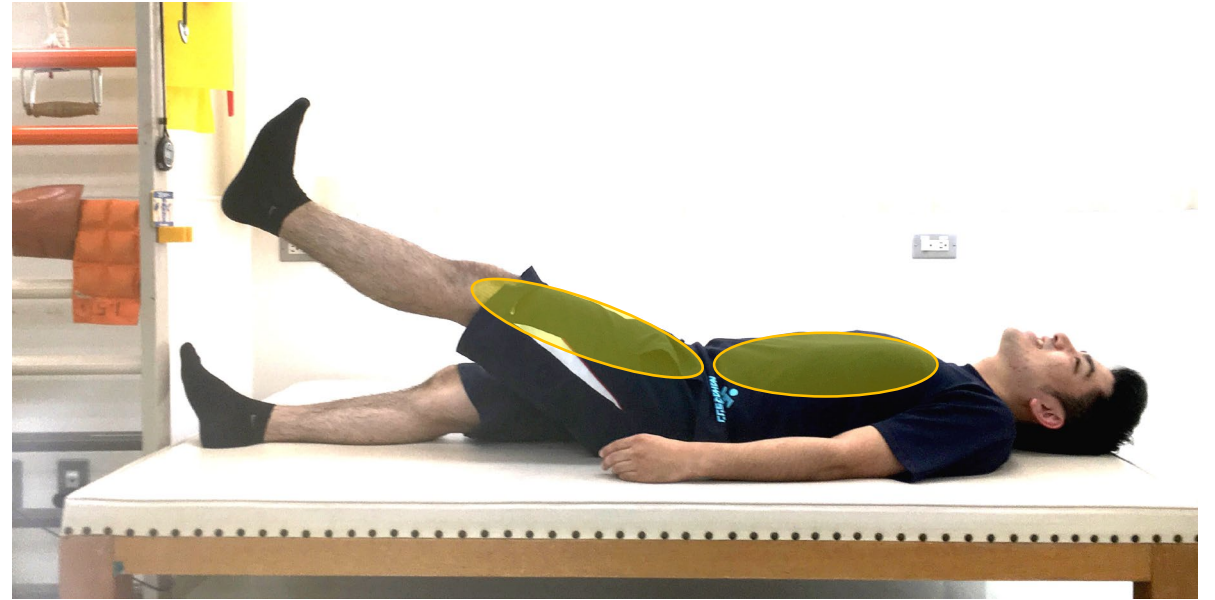
余裕がある方は、チューブを巻いてやってみましょう！

股関節を外に開く筋力を強化することで、歩く時の左右への動揺が軽減

筋力訓練③ 膝関節を伸ばす筋力



〈タオルを潰す運動〉



〈足を伸ばしたままあげる運動〉

膝関節を伸ばす筋力を強化することで、膝が伸びて歩きやすくなる