

広告

宇部興産中央病院医療最前線

1 シリーズ患者さんに寄り添う専門医療 ②

スポーツ外傷

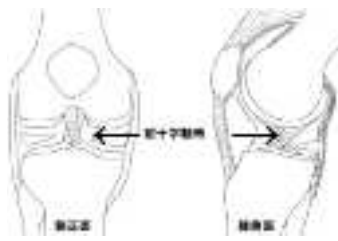
前十字 靭帯損傷



病院長補佐 / 整形外科部長 / 森脇 透

- | | | | |
|----|---|----|--|
| 資格 | <ul style="list-style-type: none"> ●日本整形外科学会認定専門医 ●日本整形外科学会認定スポーツ医 ●日本体育協会公認スポーツクター | 専門 | <ul style="list-style-type: none"> ●関節外科(人工関節手術、関節鏡視下手術) ●スポーツ障害 |
| 学会 | <ul style="list-style-type: none"> ●日本整形外科学会 ●日本膝関節スポーツ関節鏡学会 ●日本整形外科学会(正会員) ●日本臨床スポーツ医学会 ●日本人工関節学会 | 活動 | <ul style="list-style-type: none"> ●山口県サッカー協会医科学委員 ●山口県国体選抜チームドクター(2005~2014) ●レノファ山口トップチームチーフドクター(2015~) |

靭帯損傷、半月板損傷、軟骨損傷等、下肢スポーツ傷害の中でも前十字靭帯損傷はあらゆる種目に発生し、復帰に長期間を要することもありとても悩ましい傷害です。靭帯損傷といっても足関節靭帯損傷(いわゆる足首の捻挫)などは靭帯の自然治癒能力も高くテーピングと併用した保存療法がかなり有効なのですが、前十字靭帯は自然治癒能力が極めて低く、余程の部分損傷でない限り競技を継続するには手術が必要となります。



膝関節には大きく分けて4本の靭帯があります(図)。

この4本で横と前後方向、回旋安定性を維持して方向転換やジャンプ着地の際に踏ん張っているのですが、前十字靭帯はこの中で主に前方への亜脱臼を防ぐ役割を担っています。受傷場面としては相手からのタックルばかりでなくジャンプ着地、方向転換(ターン、カット)などの非接触型損傷も多く、その際には下肢が外反(膝が内に入ること)「バチン」と切れた、膝が外れた、といった自覚所見を感じることが典型的です。数時間以内に膝は腫れ、多くは2~3日程度歩行困難となります。靭帯自体には痛覚神経が少ないため半月板損傷、内側側副靭帯損傷などの合併がなければ余り痛みがない、あっても数日で軽快することが多いことも特徴です。「痛みは数日で軽くなったが階段で膝が抜ける感じがする」とよく患者さんは言われます。

診断は理学所見に加えてMRI(核磁気共鳴写真)でほぼ確定可能。治療は競技を継続する場合は手術が中心となります。合併損傷として半月板断裂、軟骨損傷を高率に認めますが、この合併損傷の有無(特に半月板断裂)が予後に大きく影響します。現在ではできる限り半月板は温存(縫合)する方針が多くなっていますが常に半月板再断裂のリスクが伴います。極まれに靭帯部分損傷や一時的に引き延ばされただけの場合がありますが、その場合は筋力訓練やバランス能力の訓練を行い保存療法での復帰が可能です。

現在この手術は自家腱による鏡視下靭帯再建術が主流であり当科では年40~50例の手術を行っています。前十字靭帯は自然治癒能力が低いいため断裂した靭帯を縫合しても癒合せず、再び機能不全となりますので自家腱を移植する手術を行います。移植する方法は2種類があります。それぞれ利点、欠点があり当科では主に半腱様筋(薄筋腱という膝の裏の腱を移植して手術を行っています。復帰は術後8か月から10か月を目標としており、これは受傷前の選手の筋力、バランス能力によるところが大きく、リハビリにて目標ラインに達した段階で復帰となります。ここで大事なことがあります。よく「プロは6か月で復帰したのだから私も...」といわれる選手、指導者がいるのですが、プロや代表クラスの選手と、一般アマチュア選手の筋力(特に体幹)、バランス能力は雲泥の差があります。また、術後1日4~6時間のリハビリを半年以上毎日行える環境にあり、チーム専属あるいは個人専属のアスリートトレーナーが存在するトップ選手と、学校や仕事のあるアマチュアでは術後のリハビリ環境が異なります。一般的には術後7か月以内の復帰は移植靭帯の強度が足りないので再断裂の危険性が高くなり、推奨できません。治療は手術とリハビリをセットで考えてください。

現在サイトカインを利用した靭帯再生手術(移植を必要としない)の臨床研究が行われています。20年前には不可能であった自家培養軟骨手術も3年前より保険適応となりました。更なる医学進歩が期待されるところです。

宇部、山陽小野田市はレノファ山口のホームタウンの一つでありチームとして大変お世話になっております。この原稿が皆さんのお目にかかる時は恐らく二次キャンプ中であるかと思いますが監督、スタッフ、選手一同「頑張ってください。明治安田生命J2リーグは2月26日開幕です。是非スタジアムへ足を運んでいただきませう。応援よろしくお願いたします。

宇部興産中央病院は地域医療支援病院です

〒755-0151 山口県宇部市大字西岐波750番地
地域連携室 ☎0836-51-9421