

Hip Joint news

(公財) 日本股関節研究振興財団会報

URL <http://www.kokansetu.or.jp>

E-mail info@kokansetu.or.jp

第4号 平成28年7月

発行 公益財団法人
日本股関節研究振興財団

〒154-0011
東京都世田谷区上馬1-13-11

電話 03-3421-6552
FAX 03-3421-6716

「肝心要は股関節から」

(公財) 日本股関節研究振興財団 理事長
聖マリアンナ医科大学 名誉教授

別府 諸兄

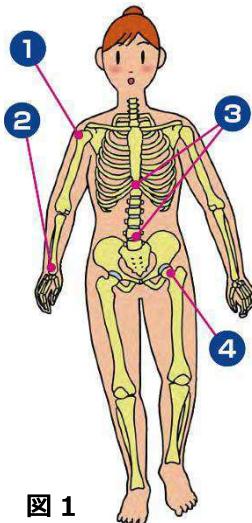


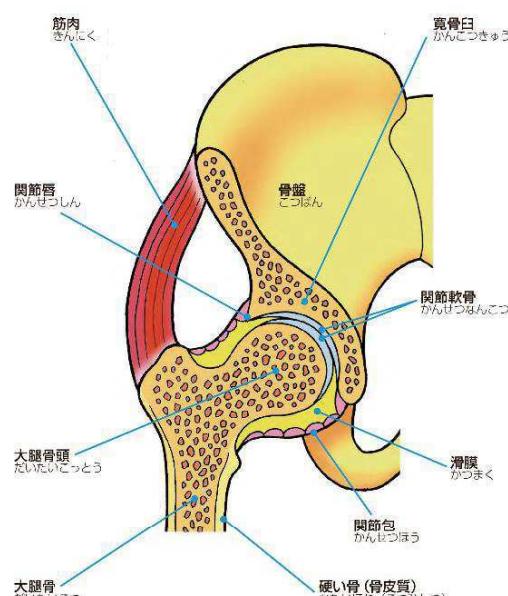
図1

股関節とは図1の④のように身体の中央に骨盤の受け皿の寛骨臼(かんこつきゅう)と大腿骨頭(だいたいこつとう)、図2から成り立っています。正常な場合は、大腿骨頭の部分が軟骨で覆われ、寛骨臼の中にはまわりそれを周囲の筋肉がしっかりと支えています。そして、大変広い可動域を持ち、ぐるぐるまわすこともできます。同時に、上半身の重さを支え下半身の動きに対応するという沢山の機能を持つた関節で、荷重関節といいます。

この股関節と似ているのが肩関節です。

骨頭と受け皿の組み合わせは同じですが、接触面が股関節と比べると30%程度で、腕はそこからぶら下がっています。つまり、身体を支えるというよりも、自由自在に動かし使われる関節です。

図2 股関節の構造



この股関節と似ているのが肩関節です。
骨頭と受け皿の組み合わせは同じですが、
接触面が股関節と比べると30%程度で、腕
はそこからぶら下がっています。つまり、身
体を支えるというよりも、自由自在に動か
し使われる関節です。

(「ヒップジヨイントコラム」
から掲載)

股関節のこの役割は、十億年かけて人間が四足歩行から二足歩行に形態が変化していく中で生じてきたものです。かなりの動きの自由度と身体の荷重に対応していくために、股関節は精巧で、それを取りまく筋肉等の対応も整えていかねばなりません。因みに、どの位の負担がかかるかというと、私達が両脚で立っている場合は両股関節にはそれぞれに体重の2分の1の重きがかかることがあります。それが、片脚で立つと体重の4分の3の体重がその片脚の股関節にかかります。一方歩行時には加速度が加わるため体重の3~4倍の合力に耐えながら運動しなければなりません。つまり、体重が60Kgの方なら片脚起立では45kg、歩行時は加速度が加わり180kg~240kg(3~4倍)、階段昇降時には360kg~420kg(6~7倍)、跳躍する際は、実に720kg(12倍)に跳ね上がります。従って、体重10kgの増加は歩行時には30~40kgの負荷増になります。このように、股関節は私達の活動の要、それ以上の肝心要の部位なのです。この肝心要の股関節を長く健康に維持するためには、運悪く股関節に不具合が生じてしまつた方にも、体重を減らし負担を軽減することと、同時に股関節周囲の環境を整えることが重要であります。つまり、過度な負担をかけずに動かしていく運動、体操等を行うことです。それには、水中運動、自転車こぎも良いでしょう。また、大きなボールを使ったボール体操、床に寝て関節、筋力のトレーニング、ストレッチ、リラクゼーション等を少しでも良いので継続することです。

この肝心要の股関節の役割を、多くの方々に理解して頂きたいと思います。股関節は健康寿命延伸の要の関節だからです。

「股関節疾患今昔」

(公財) 日本股関節研究振興財団 専務理事

社会福祉法人仁生社江戸川病院

慶友人工関節センター長

泉田 良一



件数が上りに増えている所以である。

今から10年後の2025年に団塊の世代が揃つて後期高齢者となる。

過去に例を見ない超々高齢社会の到来ためにも、いやそのような中でも人間が自身の尊厳を保つためにも、いつまでも自分の足で歩いていかなければならぬ。

(「ヒップジョイントコラム」から掲載)

整形外科医となつて40年以上が経過したが、その間の日本の人口動態の激変につれて、股関節疾患の様相は激変した。まず大きかつたのは出生率の低下と先天性股関節脱臼の激減である。昭和50年当時全出生の1~2%

に股関節の異常があるといわれていたが、現在は0.1~0.2%と10分の1にまで減少している。昨今は1年間の出生数が約100万人であるから、新患の発生数は多くても2000人前後である。各地に小児病院が設立されたこともあって、一般病院では股関節脱臼はおろか小児を見ることが希になつてている。

一方高齢者の増加に伴つて、以前見られなかつた高齢発症の関節症を見ることが増えてきている。以前は形成不全とか何か先行する病態が無ければ、变形が多発する膝関節と違つて、股関節は一生ものと言つていたが、それが怪しくなつてきた。30年ぐらい前なら70歳を過ぎたら骨折以外手術はやらないと思つていたのに、今では手術症例は70代が中心である。

また戦後の核家族化も大きな影を落としている。古い日本の家族形態なら、ある程度の年齢になると子供に跡を譲つて隠居するという、いわば双六の上がりのような道があつたが、核家族化した現在では年老いても、誰も面倒を見てくれる人が居ない。勿論介護保険を使うという手は残されているが、痒いところに手が届く訳では無く、人生を辞去するその時まで自分のことは自分でやらなければならぬ。嫌でも死んで生きるために手術を拒否することができない。股関節症の手術

口コモ予防の第一歩は、 第16回股関節市民フォーラム 呼吸法から

日時 平成28年9月3日(土曜日)

定員100名
参加費無料

講師 本間生夫先生(東京有明医療大学副学長)

呼吸生理学者として心と身体を楽にする
呼吸スイッチ健康法の開発者

会場 東京医療保健大学世田谷キャンパス校舎
東京都世田谷区世田谷3-11-3 M103教室
(東急世田谷線上町駅より徒歩3分)

主催 (公財)日本股関節研究振興財団

後援 世田谷区、(一社)世田谷区医師会

お申し込み
お問い合わせ

〒154-0011 世田谷区上馬1-13-11
Tel 03-3421-6552 / Fax 03-3421-6716
(公財)日本股関節研究振興財団事務局

HipJoint コラム

<http://www.kokansetu.or.jp/personal/hpjcolumn/>

公益社団法人日本股関節研究振興財団ホームページでは股関節に関する有識者の方々が、様々な切り口で解説しています。

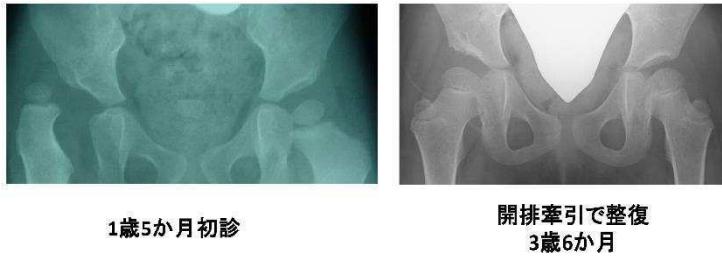
「乳児股関節脱臼 —歴史は繰り返す—」

信濃医療福祉センター 理事長

朝貝 芳美

先天性股関節脱臼の多くは後天的な要因で生じるため、発育性股関節形成不全と称されるようになつた。しかし先天性の要因もあり、ここでは乳児股関節脱臼と称する。私が東京医大整形外科学教室に入局した昭和51年頃は、乳児股関節脱臼の治療は整形外科医が扱う基本的な疾患であり、「脱臼屋」と呼ばれた専門家の先生方が学会では活発な議論、時には激論も戦わせていた。しかし、少子化と先人の予防啓発や社会情勢の変化などにより、発生頻度は入局当時より10分の1に減少し、1000人に1～3人となり整形外科医が扱う機会も減少し、疾患に対する関心が薄れ、健診体制や予防活動も脆弱化していった。近年、全国から歩行開始後に診断され治療に難渋する例の報告が相次ぎ、日

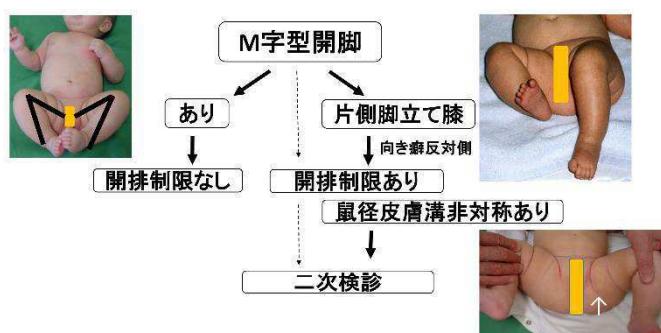
図1 乳児股関節脱臼 遅診断例



本小児整形外科学会では平成23年から2年間、全国実態調査を実施した(図1)。現在この疾患を扱う施設はこども病院などに限られてきており、以前よりも実態を調査しや

すくなつたという背景もある。その結果2年間で199例の遅診断例があり、うち174例87%は健診を受けていたにもかかわらず診断が遅れた実態が明らかになり、まさに「歴史は繰り返す」という衝撃的な調査結果であった。日本小児股関節研究会では「乳児股関節健診あり方検討委員会」を立ち上げ、厚生労働省母子保健課を巻き込んで健診体制の再構築と予防啓発に取り組んでいる。

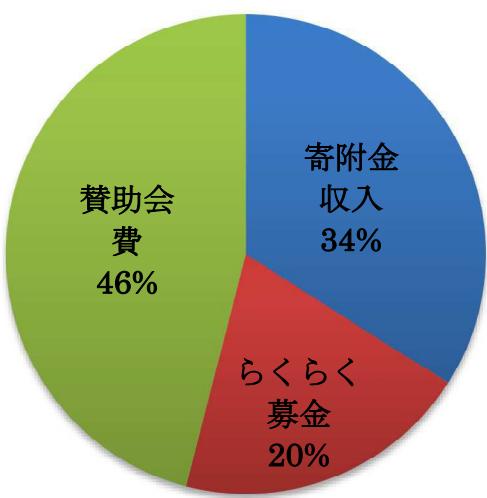
図2 開排制限チェックポイント



新聞やN H Kでもこの話題を取り上げ、一般の方たちの関心も高まっている。しかし、この活動は妊娠婦、産科医、小児科医、整形外科医、助産師、保健師、医師会、国、地方自治体など各方面への周知・啓発が不可欠であり、今後もあらゆるネットワークを使って活動を広げてい有必要がある(図2)。予防活動の推進により、脱臼だけでなく臼蓋形成不全も減少することが先人のデータで明らかになっており、将来の変形性股関節症の発生予防も期待されるが、小児期から変形性股関節症を生じるまでの連続した経過の検討は今後の課題となつている。近年、機器の進歩により超音波検査が整形外科領域にも普及しているが、超音波検査を一次健診に導入することで、見逃し例や、二次検診紹介例も減少させることができ、長野県下諏訪町では平成4年から一次健診で超音波検査を実施し、新潟市、島根県江津市などでも行われている。今後、予防啓発の推進と健診体制の再構築、そして健診への超音波検査の導入に微力を尽くしたい。

(「ヒップジョイントコラム」から掲載)

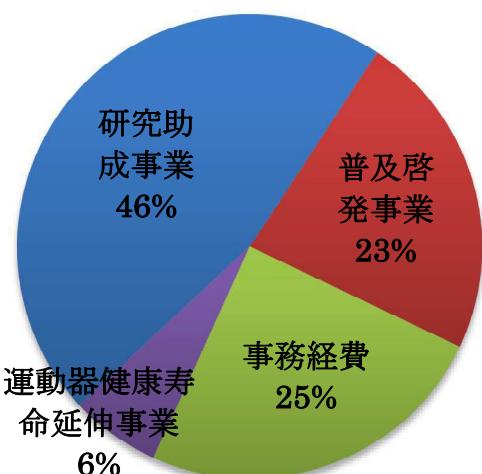
「寄附金・らくらく募金・賛助会費決算報告」



平成27年度に当財団が皆様からお預かりした寄附金・らくらく募金・賛助会費の総額は、11,939,000円でした。そのうち5,514,000円が助成金として股関節の研究のため、2,727,000円が普及啓発事業のため、747,000円が運動器健康寿命延伸事業のため、2,951,000円が事務経費となり、財団の活動に大きく貢献する結果となっています。

収入	金額(円)
寄附金	4,064,000
らくらく募金	2,384,000
賛助会費	5,491,000
合計	11,939,000

※1,000円以下四捨五入



※普及啓発事業の主な事業は、市民フォーラムです。
運動器健康寿命延伸事業の主な事業は、運動器健康寿命延伸体操(ロコモン体操)講習会です。

事業名	金額(円)
研究助成事業	5,514,000
普及啓発事業	2,727,000
運動器健康寿命延伸事業	747,000
事務経費	2,951,000
合計	11,939,000

※1,000円以下四捨五入

役員名簿
理事長 別府諸兄 (聖マリナンナ医科大学 名誉教授)
専務理事 飯田寛和 (江戸川病院 慶友人工関節センター長)
理事 岩本幸英 (関西医科大学 教授)
理事 大久保康一 (藤崎病院 副院長・整形外科部長)
監事 泉田良一 (九州労災病院 院長)
評議員 清家輝文 (藤崎病院 副院長・整形外科部長)
監事 内藤正俊 (福岡山王病院 整形外科 関節センター長)
監事 中島義雄 (ナカシマホールディングス㈱ 常務取締役)
監事 樋口富士男 (柳川リハビリテーション病院 病院長)
監事 安永裕司 (広島県立障害者リハビリテーションセンターアドバイザリ会員)
監事 帖佐悦男 (宮崎大学 教授)
監事 富森浩二 (帝人ファーマ㈱ 在宅医療事業本部担当部長)
監事 下西惇夫 (元帝人㈱ 事業管理部長)
監事 東郷良尚 (岐阜大学 大学院 教授)
監事 黒田龍彦 (順天堂大学 医学部 整形外科学講座 客員教授)
監事 大野誠 (元帝人㈱ 事業管理部長)
監事 秋山治彦 (元帝人㈱ 事業管理部長)
監事 石井千恵 (清心会藤沢病院 企画調査室長)
監事 谷眞人 (元帝人㈱ 事業管理部長)
監事 富田直秀 (元帝人㈱ 事業管理部長)
監事 本間生夫 (元帝人㈱ 事業管理部長)
監事 間島直彦 (元帝人㈱ 事業管理部長)
監事 別府裕美子 (元帝人㈱ 事業管理部長)
監事 米倉芳枝 (元帝人㈱ 事業管理部長)
監事 山本謙吾 (元帝人㈱ 事業管理部長)
監事 (平成28年7月現在) (敬称略・五十音順)
(愛媛大学大学院 教授)
(滋賀天産物研究所 主任教授)
(東京医科大学 副学長)
(京都大学大学院 教授)
(東京弁護士会副会長・日比谷見附法律事務所 所長)
(メディカルフィットネス研究所 代表)
(船橋整形外科病院 副院長)
(東京有明医療大学 副学長)
(東京弁護士会副会長・日比谷見附法律事務所 所長)