

## 手術がすすめられる膝のケガ

### 半月板損傷、前十字靭帯損傷

膝関節は整形外科の疾患の中でケガや障害の多い関節の一つです。スポーツ中の膝のケガの中で問題になるのは半月板損傷や前十字靭帯・後十字靭帯が切れてしまうことです。膝の関節には関節軟骨をはじめ様々な構造物がありますが、その中でも問題となりわかりやすいものは半月板や十字靭帯です。その模式図を示すと図のようになります。

半月板損傷や十字靭帯損傷は膝をひねったりすることで生じますが、それはプレーヤー単独でケガをする場合もありますし、他のプレーヤーと接触し生じる場合もあり、状況は様々です。けがをした直後は膝の痛みやハレでプレーが継続できないことが多いですが、月日が経つにつれ症状が治まり、何となくプレーができてしまう場合がありますが、そこに落とし穴があります。半月板や十字靭帯が切れたまま何もしないと次第に膝の軟骨などがいたんだり、半月板のキズがさらに拡大したりして、将来膝の慢性的な障害が残ることもあります。特に十字靭帯が切れてしまうと、ゆるい膝となり、日常生活はできなくはないですが、ぐらつき感などの違和感や痛みが出やすくなります。

スポーツ中などに膝に強い痛みや違和感を生じたときは放っておかず、まず整形外科を受診することをお勧めします。X線検査だけでは膝のケガの状態が十分わかりませんので、当院では必ずと言ってよいほど膝のMRI検査を行い、半月板や靭帯さらにX線ではわからない骨内の炎症などの有無を調べます。半月板が切れている場合などは早めに手術をおすすめします。膝に関節鏡を小さな切開で入れて、関節鏡で見ながら、もう1、2か所小さな切開を加え半月板を縫合します。前十字靭帯や後十字靭帯が完全に切れてしまった場合は縫い合わせることは困難ですので、ご自身の脚の腱を一部利用して靭帯を図のように同じく関節鏡で見ながら小切開で切れた靭帯の代わりにします。これを靭帯再建術と言います。手術後はできるだけ早く膝を動かす訓練をリハビリテーションスタッフの指導のもとに行います。

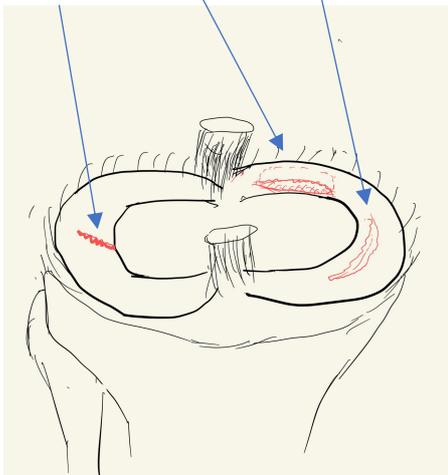
もちろん患者さん個々の状況がありますので、上に書いたことはあくまでも一般的なことです。まずは当院の整形外科を受診し医師にご相談ください。患者さん個々のニーズに合わせた治療方針を考えたいと思います。

外側半月板, 前十字靭帯, 後十字靭帯, 内側半月板



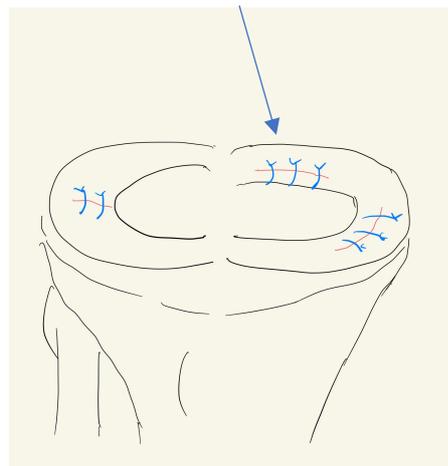
膝関節の構造

横断裂, 水平断裂, 縦断裂



半月板の損傷形態

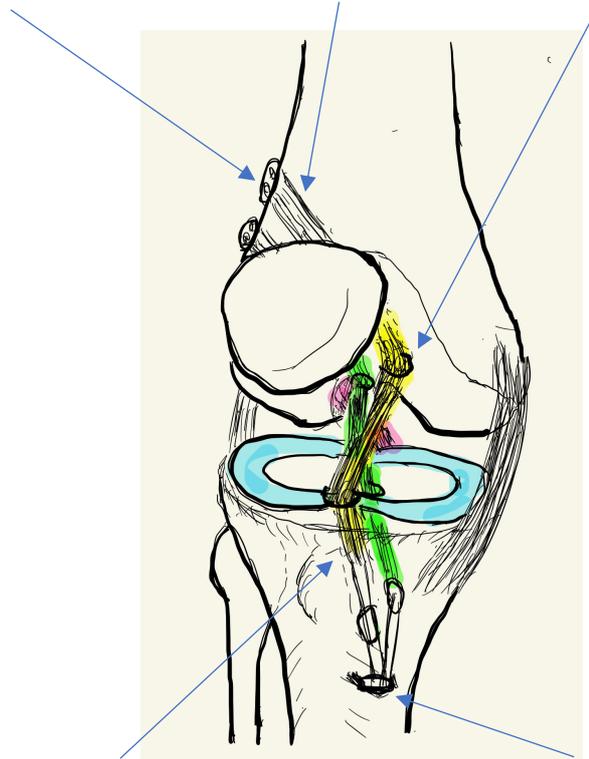
専用の糸で半月板を縫います



半月板の縫合

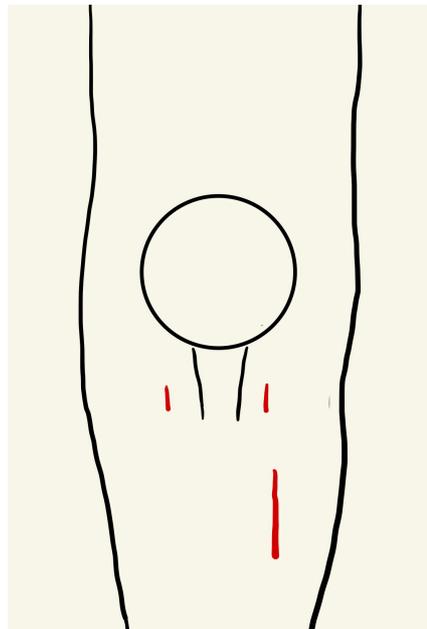
## 半月板損傷（断裂）とその縫合術の図

靱帯を止める金具      骨にトンネルを作り靱帯を通す      作った靱帯（黄と緑）



骨にトンネルを作り靱帯を通す      靱帯を止める金具

## 前十字靱帯再建術の図



靱帯再建術の時の切開（赤線）