

整形外科・平出医師による

## 変形性膝関節症 ～テーラーメイド治療のすすめ～



平成 24 年 9 月 14 日（金）、本館 1 階ライブラリーにて整形外科・平出医師による新川橋公開講座『変形性膝関節症～テーラーメイド治療のすすめ～』を開催しました！！

当日は 16 名の皆様にご参加いただきました！！



**変形性膝関節症**とは、ひざ関節の軟骨部分がなくなってしまい、トゲのような骨ができ、滑膜がさらに厚くなってしまい関節が変形し痛みが生じる病気です。治療には、運動やりハビリテーションで関節を動かしたり、膝関節周辺の筋肉を鍛える方法と手術でインプラントを入れる方法などがあります。

**テーラーメイド治療**とは、患者さま一人一人に合った治療を行うことです。

### ～手術のお話～

手術する場合は患者さまの症状を診て医師が判断しますが、患者さま自身に手術をして良くなるよう、という**意欲**があるかが大事になってくるとのことです！

術後はリハビリも重要となるので、患者さま自身の力が必要となります。

正座は膝が痛い方にとってはつらいものです。術後はできるだけ膝に負担をかけないように、洋式の生活にする方が良いでしょう。



### ～質問タイム～

講座後は参加された皆さまから質問が飛び交いました！その中で骨粗しょう症の話になり、そしてカルシウムの話になり…「60 歳になるまでできるだけ多くカルシウムを摂取してください。特に若い女性はカルシウムをいっぱい摂ってください」と平出医師からお話がありました。なぜかという、女性は妊娠すると赤ちゃんに栄養を取られてしまうので、骨粗しょう症

なりやすいそうです。また、60 歳を過ぎるとカルシウムを摂取しても蓄積されないとのこと！驚きです！若いうちにカルシウムを摂取しなければならないんです。この話を聞いて牛乳嫌いの私もカルシウムをしっかり摂らなければと思いました！



質問も大歓迎ですので、日頃疑問に思っていることも聞いてみてください。皆さまのご参加お待ちしております！！

板垣 翔子（事務・平成 24 年入職）