

# 第45回日本股関節学会学術集会

## ランチオンセミナー18(LS18)

### 変形性股関節症に対する 保存療法の実際～ジグリングを含む考察

日時

平成30年10月27日(土) 12:00～13:00

会場

第10会場 名古屋国際会議場 2号館2F会議室 222+223  
〒456-0036 愛知県名古屋市熱田区西町1番1号

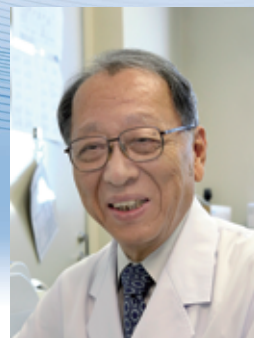
座長

順天堂大学医学部整形外科学講座 主任教授  
金子 和夫 先生

演者

川崎医科大学 骨・関節整形外科学 教授  
三谷 茂 先生

柳川リハビリテーション病院 名誉院長  
井上 明生 先生



取得可能単位：日整会専門医資格継続必須分野 11、13  
：その他の単位 リハビリ(Re)

本学術集会のランチオンセミナーは整理券制です。

配布場所：名古屋国際会議場 1号館 1Fアトリウム（総合受付付近）

配布日時：10月27日（土）7：00～11：30

\*当日開催セミナーの整理券配布となります。

# 変形性股関節症に対する 保存療法の実際～ジグリングを含む考察

## 進行期・末期股関節症に対する保存療法 ジグリングの位置づけと運動療法

川崎医科大学 骨・関節整形外科学  
教授 三谷 茂

【はじめに】変形性股関節症（股関節症）は、寛骨臼形成不全に起因する二次性の股関節症が多数を占めており、症状のない前股関節症から、初期、進行期、末期股関節症と進行していく。前股関節症においては股関節症を発症させない疾患の発生予防が重要となる。初期、進行期股関節症においては病気の悪化および進行予防が重要となる。末期股関節症においては、残存機能の維持が重要となる。

【変形性股関節症診療ガイドライン（南江堂，2016）】保存療法の推奨によれば、患者教育は grade A、運動療法は grade B、物理療法は grade C、歩行補助具は grade B、装具は grade I となっている。患者教育の疾患理解や自己管理と、運動療法は多分にオーバーラップしており、「患者教育に運動療法などを併用することで症状の緩和が期待できる」と grade B で推奨されている。したがって股関節症に対して運動療法は行うべきであり、股関節症治療に携わる整形外科医は運動療法について理解しておく必要がある。

【患者教育のポイント】股関節症の理解と日常生活動作の指導が重要となる。股関節にかかる力を減ずることの重要性を理解させるよう指導する。股関節可動域の維持を目的に股関節周囲筋のストレッチや jigging（健康ゆすり）を指導する。また日常生活において保温を勧める。これらについて、治療継続の必要性について説明する。

【運動療法のポイント】進行期・末期股関節症においては筋力維持、関節可動域維持を目的とした運動処方を行う。疼痛を増悪させない運動が重要となるために、股関節周囲筋よりはむしろ、姿勢維持に重要な大腿四頭筋、腹筋を中心に指導することが多い。

これらの保存療法に関して、治療成績を踏まえながら、明日からの日常診療に役立つ実践的な方法について詳述する。

## 変形性股関節症に対する保存療法としての ジグリング

柳川リハビリテーション病院  
名誉院長 井上 明生

柳川リハビリテーション病院  
リハビリテーション科 部長 廣松 聖夫

【はじめに】変形性股関節症に対する保存療法として、いくつかの方法が有効として報告されているが、今回、ジグリング（貧乏ゆすり様の運動）の効果について検討した。

【方法】ジグリングのために、たとえ短期間であっても入院治療をし、6か月以上経過を観察しえた症例を中心に、臨床症状のほか X 線像での改善（関節裂隙の変化）を観察した。入院中のプログラムは、ジグリングマシンおよび CPM 2 時間以上 / 日使用し、移動は原則車いすを使用。また、必要のある症例では管理栄養士の指導によるダイエット治療も行った。

【結果】18.6. 末時点で入院治療を行った症例は 22 例（男性 4 例、女性 18 例）、年齢は 39～74 歳（平均 57 歳 6 か月）、入院期間は 1～6 か月。そのうち 6 か月以上経過観察できたのは 17 例であった。疼痛などの臨床症状は、比較的早期に改善するが、X 線像上の改善が見られたのは 8 例 47% であった。

【考察】変形性股関節症に対する保存療法としてのジグリング治療は、その人の生活様式に大きな変更をもたらさずに実施できる点が利点であるが、通院の必要がないため、ジグリングの回数とか、免荷の徹底などを管理できないのが欠点である。そのような点を考慮して、ジグリング治療を習慣づけることを目的に、数か月の入院治療を行い、その有効性を確認した。まだ、症例数が少ないため、断定的なことは言えないが、改善を示した症例の特徴は、1) 寛骨臼形成不全の程度が軽い 2) 片側性である 3) 炎症性変化が少ない 4) 人工関節を避けたい強い希望がある、などである。

【まとめ】ジグリング治療がすべての変形性股関節症に有効というわけではないが、最近、1 次性に近いものが増加しつつあり、同時に高齢者であり、手術を拒否したり、余病のため手術のできない症例も見られる。そのような症例に試みる価値のある治療法と考える。