

股関節の障害と可視総合光線療法

一般財団法人光線研究所
研究員 佐藤 仁
所長 医学博士 黒田 一明

股関節は体の中で最も大きな関節です。体重を支える、立つ、歩く、昇る、降りる、跳ぶ、蹴るなど様々な動作をこなす、要ともいえる関節です。従って、股関節に痛みや動きの悪さなどの障害が生じると、日常生活にたいへん支障を来します。今回は、股関節の障害に対する可視総合光線療法を解説します。

■股関節の位置

股関節は、一般に大腿部前面、そけい部付近と思われていますが、英語では「hip joint」と言い、臀部のえくぼの奥にある関節です。太腿の横を上をさすっていくと、「大転子」と呼ばれる骨が出ている部分がありますが、そこから骨盤にやや後ろから斜め前方に「大腿骨頭」と呼ばれる部分がはまっている関節です。

■股関節障害の原因

股関節障害の多くは、一般に次の病名で説明されます。

(1) 変形性股関節症 (2) 臼蓋形成不全 (3) 大腿骨頭壊死

以上のような病名で軟骨が減り、骨が当たって痛むとか、壊死して痛むなどの説明がされます。しかし、軟骨や骨の表面には痛みを感じる神経はありません。

股関節には関節を包む関節包があり、さらに靭帯や筋肉に囲まれています。痛みを引き起こすのは関節部ではなく、それらの軟部組織の炎症や筋肉の凝りによる痛みが多いと考えられます。

変形や壊死がひどくなり、股関節骨頭が崩れてきたような場合に、回りの軟部組織への負担が増え、痛みなどの障害が増えてくると、手術が必要です。しかし、手術を必要としない段階の状態であれば、痛みや動きの悪さなどの症状は、股関節周辺の炎症の改善や筋肉の凝りをほぐすことで、解消することが出来ます。

■可視総合光線療法の作用

光線療法の光と温熱の刺激は、次のような作用で股関節障害を改善します。

◎股関節の関節包などの炎症を改善する。

◎股関節まわりの筋肉の凝りを緩め、血流改善をすることにより、発痛物質や乳酸などの疲労物質を取り除く。

◎骨を丈夫にする作用で、股関節の変形や摩耗の進行を抑制。

◎股関節周辺の筋肉や靭帯などの軟部組織を軟らかくし、動きを改善する。

■光線治療方法

まず間接照射をしっかり行い、体の冷えや血行不良や筋肉の緊張を改善します。

その後、直接照射として、股関節周辺の痛む部位、動きの悪い部位、筋肉が硬くなっている部位を照射します。

◆治療用カーボン

通常：3001-4008番、1000-3001番、1000-4001番を使用。

筋肉の凝りが強い場合：3002-4008番、1000-3002番、1000-4002番を使用。

◆照射部位・照射時間

間接照射：両足裏部⑦10分間、両足首部①、両膝部②、腹部⑤、腰部⑥、後頭部③各5分間。
直接照射：股関節周辺の痛む部位（左右そけい部、左右臀部⑬⑭、股関節横。大腿部に痛みや凝りがあれば、大腿部の正面・後面・内外側など）を適宜追加。

■股関節への負担軽減の注意点

- (1) 股関節障害の原因のひとつに姿勢の悪さがあります。背中や腰が丸くなってくると、骨盤が後ろに倒れてきて、股関節に上体の重みが余分にかかり、股関節への負担が大きくなります。股関節への負担を減らすために、背筋や腰を伸ばして骨盤を起こすことが大切です。
- (2) そけい部や臀部、太腿の筋肉が硬くなっていると、股関節を動かすときに余分な力が必要となり、股関節周辺の筋疲労を起こして動きが悪くなったり、痛みが出たりします。日頃、股関節周辺を柔軟にしておくことが大切です。

I 変形性股関節症

先天性股関節脱臼や先天性臼蓋形成不全のように、生まれつき股関節に問題があり、加齢とともに変形性股関節症を発症する場合がありますが、元々股関節異常がなくても変形性股関節症になることもあります。

長年の間に軟骨が少しずつすり減ってきたり、姿勢が悪かったことなどで、30歳～50歳頃に変形性股関節症を発症する場合があります。

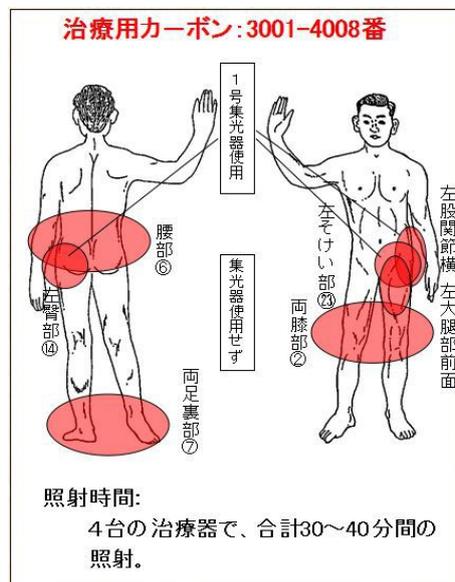
変形性股関節症は女性に多い傾向があります。これは女性が男性に比べて股関節のお椀が浅いこと、筋力が弱いことなどが影響しているためです。また、女性の骨盤は横に広く、男性より股関節に大きな力が掛かり易いことも影響しています。

光線療法は、股関節の変形があっても、痛みを軽減したり、股関節変形の進行を抑えることに役立ちます。

【治療例1】変形性股関節症 44歳 女性 主婦 157cm 46kg

◆症状の経過

生後3カ月で、左股関節脱臼があり左股関節の発育不全を指摘された。30歳半ばまでは股関節痛は全くなかったが、左脚は右脚に比べ3cm程短かった。仕事は保険外交員で重い書類を持ち歩くことが多かった。30歳半ば過ぎ頃から立ち上がりや歩行時に左股関節周辺に痛みが出て次第に強くなってきた。39歳時に整形外科で変形性股関節症の末期と診断。杖を使い始め、リハビリも開始した。光線治療は両親が行っていたが、暫く使っていなかった。今回役立てようと、当附属診療所を受診した。



当所での光線治療



◆治療の経過

月1回の通院と毎日の自宅治療を続けた。光線治療2カ月目頃には、立ち上がる時の痛みはあったが、歩行時の痛みは感じなくなってきた。その後水中歩行も始めた。2年半後の検査で「股関節に薄い骨の膜ができてきている」と言われた。現在、光線治療5年目、股関節痛は動き始めに少しあるが、それ以外は日常生活全く問題ない。股関節の変形も進んでいない。

II 大腿骨頭壊死

大腿骨頭壊死は大腿骨頭の一部が、血流の低下で壊死(骨組織が死んだ状態)に陥った状態です。骨壊死があるだけでは痛みはなく、骨壊死に陥った部分が潰れることにより痛みが出現します。大量飲酒やステロイド薬の大量投与を受けた方に比較的多く発生しますが、原因が特定できないこともあります。進行すれば手術が必要ですが、壊死範囲が狭い場合は、縮小することもあります。

光線治療は、患部への血液循環を改善し、壊死の進行抑制や回復を促進し、痛みや運動制限がある場合の改善に役立ちます。

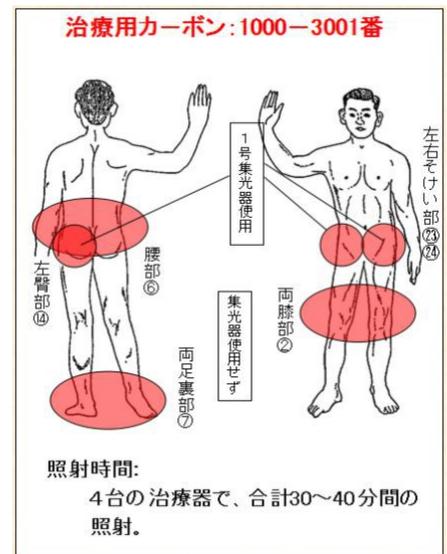
【治療例2】大腿骨頭壊死 37歳 女性 主婦 159 cm 45 kg

◆症状の経過

数年前に、長時間歩いた時に、左足の付け根の痛みがでたが一過性のものであった。昨年頃から長く歩かなくても、立ち上がりや方向を変えたり、深く曲げると左足の付け根に痛みがでるようになった。左臀部には常に鈍痛がでるようになった。病院で検査を受けたところ、大腿骨頭壊死の診断を受けた。それまで、ほぼ毎日ビール1本飲んでいたが、中止した。装具を作り、杖を使うことになり、毎月のレントゲン検査で様子を見ることになった。装具や杖が負担でとても困っているときに、知人に光線治療を紹介され、当診療所を受診した。

◆当所での光線治療

- 1回目：⑦②⑥右そけい部⑭
- 2回目：⑦⑥⑭左そけい部⑬
- 各15分～20分間



◆治療の経過

すぐに光線治療器を用意して、自宅治療を始めた。椅子にすわっていると左足の付け根が痛くなりすわっていられなかったが、光線治療2週間で椅子に座っていられるようになった。その後も徐々に痛みの軽減、痛む部位の縮小がみられた。治療3カ月後の検査で、壊死部の回復がみられた。装具をはずして杖のみで様子を見ることになった。半年後の検査で、股関節の軟骨は減っているが、大腿骨頭壊死は治癒していると言われた。方向転換でまだ少し痛むものの、普通の歩行では痛みはなくなった。杖もはずして、歩行量を増やし始めた。

III 股関節術後

股関節変形や壊死の進行、また骨折など、手術で人工関節になった場合でも、光線治療は、人工関節に何の悪影響を与えることもなく、使用することができます。光線治療は、術後の傷や患部周辺のこわばりや痛みの回復を促進し、術後リハビリの効果を上げるのにも役立ちます。

【治療例3】大腿骨骨折後

76歳 女性 主婦 151 cm 40 kg

◆症状の経過

72歳のとき、自転車で転倒、右大腿骨頸部骨折をして、手術して人工骨にした。1か月の入院と3カ月のリハビリで歩ける様にはなったが、右そけい部のつっぱり感、術跡の違和感、右膝下のむくみがとれず、背中も丸くなって、歩くとすぐ腰が痛くなり、歩行がつかかった。友人に光線治療のことを聞き、当附属診療所を受診した。

◆当所での光線治療

- 1回目：⑦①②右そけい部④
 - 2回目：⑦⑥背中部、左そけい部③
 - 3回目：右股関節横⑦左右下腿横
- 各15分～20分間

◆治療の経過

週1回の通院治療を始めた。治療数回で、歩行が楽になる感じがあった。通院の都度、股関節のつっぱり感、術跡の違和感も軽くなってきた。毎冬に足先にしもやけができていたが、光線治療を始めてからできなくなった。風邪も引かなくなった。歩行時の腰の痛みがとれにくいので、途中でカーボンを1000-3001番に変更し治療を続けた。現在、骨折後4年経ち、歩き出しの腰の痛みが残るものの、右脚の症状は取れて、1～2時間は、休まず歩き回れる。

