つボイノリオさん、小高直子さんと
一宮西病院のドクターによる健康対談企画

健康のつボ!

【聞き手】つボイノリオ（タレント）、小高直子（CBCアナウンサー）
【解　説】たつみ一郎医師（一宮西病院）

解　説
一宮西病院
整形外科部長
著書
『死ぬまで歩けるからだの使い方100年足腰』
（サンマーク出版）
たつみ　いち　ろう
巽　一郎医師

ひざ関節の痛みについて

日本人の多くのご高齢の方が悩んでいる「ひざ関節」の痛み。手術だけではなく「切らずに治す保存療法」に力を入れている整形外科医、一宮西病院・整形外科部長のたつみ一郎先生にお話を伺います。

第2回　痛みは大事な信号

小高　ひざ関節痛について第2回！お話を伺うのは一宮西病院・整形外科部長のたつみ一郎先生です。先生は常々、「おじいちゃんとおばあちゃんが笑顔になるのが大好きなんですよ～」って仰ってます！

つボイ　今回は、ひざが痛くなる理由をお聞きしましたよ。

小高　「ひざさえ良ければ本当に元気なのに…」「ひざが悪いから歩くのが辛い…」「歩けないからどこにも行けないし、楽しいこともなくて…」っていうご年配の方、結構まわりにも多いですよね。

たつみ　そう思います。

小高　ひざが悪いだけで、本当に人生の大半はやっぱ…不便？

つボイ　そうやね。生活力と言うか、生命力にも影響してきますね。

たつみ　そうですよね。大体皆さん、住宅ローン払い終わって、子供が成人して、50～65歳ぐらいで「さぁ自分の時間や！」という時、好きなことやれる時、そんな時にひざが痛いものだから、山にも登られへん、海にも入られへん…となるわけです。そうなると毎日の生活も面白くないですよね。

小高　痛いのを取り除くにはどうすればいいんですか？

たつみ　多くの患者さんは「痛いからなんとかしてくれ！」と言うんですよ。そこで痛み止めを出すのが一般的です。でも、元々痛いのはなんでか？という「痛みの原因」を治さないといけません。

つボイ　痛み止めって、いわゆる対症療法ですもんね。でも痛み止め以外でどうやって痛みを取るんですか？

たつみ　患者さんごとに痛みの原因は違うんですが、まずはそれを見つけて、痛みの原因を治すんです。痛みは自分の身体を守っている大事なものなんです。ひざの痛みっていうのは、「骨と骨が当たって割れたよ」というのを、その人に伝えてくれているんです。

小高　骨と骨が当たって割れるんですか？骨折とは違う？

たつみ　固いものと固いものが当たったら割れるでしょう？茶碗と茶碗が当たったら割れるように。それがおじいちゃん、おばあちゃんのひざの中で起こっているんです。でも茶碗も、間に布巾（ふきん）を置いてたら割れないでしょ？

つボイ　その布巾にあたるのが、軟骨だということですね？

たつみ　あ！素晴らしい！その通り。

小高　あ～！なるほど。

たつみ　軟骨がある時は、割れないんです。でも無くなったら、固いもの同士がぶつかって、割れる。割れてしまったよ！というお知らせが「痛み」なんです。

小高　歳を取るとともに、クッションであるひざの軟骨がすり減って、大腿骨と脛骨が直接あたって痛みが出てくる。これがいわゆる「変形性ひざ関節症」の始まり、ということなんだそうです。

つボイ　たつみ先生は、ひざの痛みに対して痛み止めを出すのではなく、痛みの原因を追究してそこから治していく、という姿勢の方ですね。

小高　たつみ先生はひざ関節の手術、つまり人工関節の手術を専門にされている方ですが、人工関節を入れるというのは、痛みの原因を取り除くわかりやすい方法ですね？でもたつみ先生は、その手術の前にやるべきことがあるよ！というお考えを持っているようです。

つボイ　やるべき事とは？それはどうやってやるの？詳しい方法は、また次回以降でご紹介します！

小高　「健康のつボ～ひざ関節痛について～」、一宮西病院・整形外科部長のたつみ一郎先生でした。

外来診察日（ひざ関節専門）
毎週水・木曜／9時～12時
※休診になる場合がありますので事前にホームページ等でご確認ください。

次回折込は9月22日（水）を予定しております。ご期待ください。