

変形性股関節症の治療は、**保存療法**と**手術療法**に分けられます。  
適応時期の目安を以下に示します。

## 前期・初期

## 進行期

## 末期

### 症状

- 足の爪切りが行いにくい。
- 靴下がはきにくい。
- 長く立ったり歩いたときに痛む。



- 立ち座りや階段、車、バスの乗り降りに手すりが必要になる。



- 安静時にも痛い。
- 関節の変形が目立つ。
- 股関節が伸びず、歩くのが困難になる。



## 保存療法

### 薬物療法

- 貼付剤
- 鎮痛剤  
痛みを抑えたり、関節の動きをよくします。

### 温熱療法

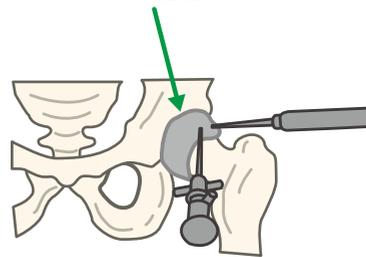
- 体を温めることで股関節周囲の血行を改善し、痛みを和らげる治療です。

### 理学療法・生活指導

- 股関節への負担を減らします。

## 関節鏡下手術

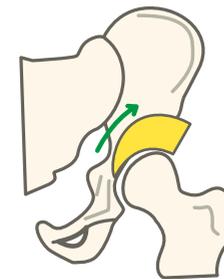
- 関節鏡で股関節の中を掃除します。
- 変性した滑膜(関節の内側の膜)や関節唇(関節のまわりに唇のように付着している軟骨)を処理します。



## 手術療法

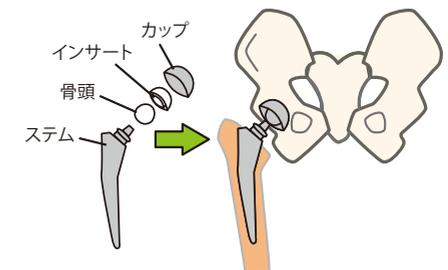
### 寛骨臼回転骨切り術

- 自分の骨の一部を切り取って移動させ、変形した股関節の形を整えます。



### 人工股関節置換術(THA)

- 傷んだ寛骨臼と大腿骨頭を金属や樹脂の人工物に入れ替えます。
- 入院期間が短く、術後すぐに立ったり歩いたりする理学療法を開始します。

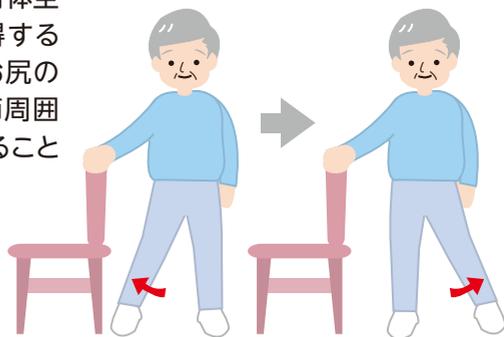


## 理学療法

理学療法には、**運動療法**・**徒手療法**・**物理療法**があります。

### 運動療法

- 股関節を含めて様々な関節や身体全体に対して適切な運動を習得することを目的とします。おもに、お尻の横の筋肉(中殿筋)など股関節周囲の筋肉をトレーニングで鍛えることが大切になります。



### 徒手療法

- 徒手療法は、理学療法士の手によって直接行われ、関節の動きや筋肉の柔軟性などの機能改善を図ります。



## 物理療法

- 物理療法とは、痛みを和らげたり、循環を改善させたり、むくみを軽減させたり、体を動かしやすくする目的で、温熱、光線(レーザーなど)、電気(低周波、干渉波など)、マッサージ(空気圧式マッサージ器)などの物理的手段を用いた治療です。
- 痛みを和らげるための温熱療法(ホットパック)が一般的に用いられます。



## 補装具療法

- 不安定になってしまった股関節を安定させるために、腰や太ももにヒップ用スプリントという装具などを取りつける治療法です。
- 左右の脚の長さや姿勢を調整したり、衝撃を吸収する目的として、靴の踵を補高したり、インソールを作成します。

