

世界的な問題である変形性関節症

変形性関節症(OA)は身体障害となる主要な原因です

5億2000万人

世界中で変形性関節症(OA)の人々が
いるといわれています



60%

全OA症例のうち
膝関節のOAです

291の疾患を対象とした世界的な調査で、股関節と膝関節のOAは身体障害を引き起こす要因の第

11

位にランキングされています

2017年
には世界中で

960



万人の人

がOAによる障害をもちながら生活していました

48%↑

1990年から2019年にかけて、全世界でOAに罹患する人が増加しました

変形性関節症とは?

OAとは最も一般的な関節疾患です。動く関節であれば発症する可能性があり、特に膝関節、股関節、手関節に多くみられます。

OAは病気です。関節の小さな損傷や大きな損傷から始まる場合があります。病気の初期段階においては、身体にこれらの損傷を修復する力があります。しかし病気が進行すると、その回復システムが追い付かなくなり、軟骨が薄くなり、骨の再形成(リモデリング)、骨棘、関節炎など関節組織が破壊され始めます。

このような変化があっても、関節は痛みやこわばりを感じることなく正常に機能することができます。



OAの特徴:

- ・ 痛み
- ・ 機能不全
- ・ 筋力低下
- ・ 関節のこわばり
- ・ 健康に関する生活の質の低下

OAはなぜ起こる?

正確な原因はまだ解明されていません。OAとなるリスクを高める危険因子には以下のようなものがあります:

- ・ 過体重または肥満である
- ・ 過去に関節損傷、関節の手術、関節を酷使した経験がある
- ・ 遺伝(例: 家族にOAの人がいる)

以下のような場合、検査を行わなくても臨床的にOAと診断できる可能性があります:

- ・ 45歳以上*である
- ・ 活動時に関節に痛みがある
- ・ 朝の関節のこわばりが無い、もしくはあっても30分以内である

* 45歳未満でも一般的に外傷性の関節損傷後にOAと診断することがあります。



理学療法はOAにどのように役立つでしょうか?

運動はOAに対する治療の第一選択肢です。理学療法士は最適な運動を選択できるようサポートしてくれるだけでなく、痛みの緩和やOAについて生活上の注意点に関するアドバイスや指導を行っています。理学療法士は関節の動きや歩行の改善方法や、筋力を強化する方法を教えてください。

人工関節置換術を受ける場合は、手術の前後で理学療法士に診てもらうこともあります。理学療法士は手術の効果を最大限に引き出すための準備と、手術後の回復をサポートします。



World
Physiotherapy

www.world.physio/wptday



World
PT Day
2022

8 SEPTEMBER