

ジヨイント

J O I N T

vol. 75

[発行]



武部整形外科リハビリテーション

〒660-0062 尼崎市浜田町5丁目28

TEL(06)6413-2277 FAX(06)6413-0844

[編集] 新聞委員会

<ホームページアドレス>

<http://www.takebe-seikeigeka.com>

だいたいこつきんいたんこっせつ 大腿骨近位端骨折

だいたいこつきんいたんこっせつ

大腿骨近位端骨折とは

人間の体の中で一番長い骨は、ふとももの部分にある大腿骨です。大腿骨は腰のつけ根で骨盤とつながる股関節を作ります。大腿骨の上の丸い部分を骨頭といい、そのすぐ下を頸部といいます。頸部の下には、骨の外側と内側に出っ張りのある転子部があります。

高齢者は転倒などによりこの頸部や転子部が簡単に折れることがあります。これを「大腿骨近位端骨折」といいます。高齢者で、転んで股関節が痛くて歩けない場合には、まずこの骨折が考えられます(図1)。大腿骨近位端骨折は特に女性に多く、骨粗鬆症などで骨がもろい状態で起こりやすくなります。また、この骨折の95%は転倒により起こります。日本では年間約16万人の人が骨折しています。そして今後高齢化が進むにつれて増えていくことが予想されます。

大腿骨近位端骨折は、頸部での骨折(頸部骨折)(図1-a)と、転子部での骨折(転子部骨折)(図1-b)の2つに分類されます。

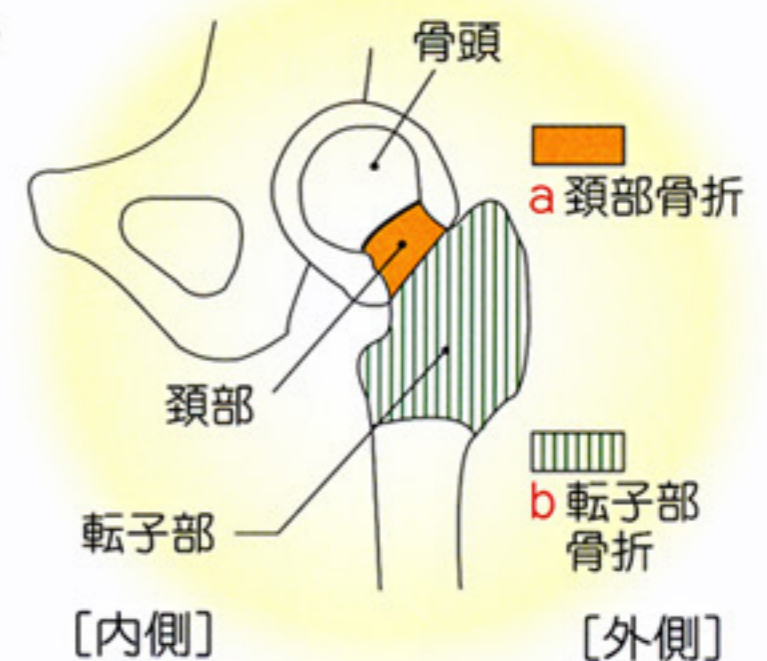


図1.大腿骨近位端骨折

症状

骨折した直後から脚の付け根の痛みと腫れがあり、歩くことができなくなります。しかし骨折の程度によっては、骨折直後に痛みが無く、立ち上がった歩くことができている場合があります。また脚の付け根ではなく膝に痛みを訴えることもあります。認知症のある方の場合にはしばらく気づかないこともあるので注意が必要です。

治療

大腿骨近位端骨折は骨折以外にもさまざまな問題を引き起こします。まず痛くて歩けずに寝たままとすることが多くなり、床ずれ、尿路感染症、肺炎、認知症などが起こる可能性が高くなります。また体を動かさないと、関節が固まったり、筋力が弱くなるために、たとえ骨折が治ったとしても歩けなくなってしまう場合があります。したがって特に高齢者の場合、麻酔や手術に耐えられる体力があるなら手術をして、早期にベッドから起き上がり元の生活に戻ることが重要です。治療法は大きく分けて手術療法と保存療法があります。

1 手術療法

頸部骨折の手術

頸部骨折では、骨折が治るのに必要な骨膜がないこと、骨折部で骨頭に栄養を与える血管が切れていること、骨折部が離れやすいことなどの理由により治癒しにくいと考えられています。骨のずれが少ない場合には、骨折部をスクリューなどでとめる手術が行われます（図2-a）が、ずれが大きい場合には骨頭を取り除いて、人工骨頭置換術が行われます（図2-b）。



a スクリューによる固定 b 人工骨頭置換術

図2. 頸部骨折に対する手術

転子部骨折の場合

転子部骨折は関節外での骨折であり、骨片の接触する面積も大きいことなどから、比較的骨癒合の得られやすい部分の骨折です。ずれをできるだけ元に戻して骨折部をしっかりと固定する手術が行われます。

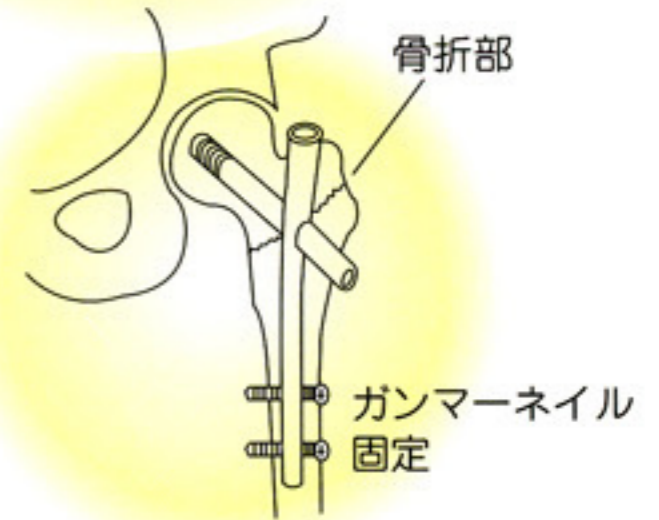


図3. 転子部骨折に対する手術

2 保存療法

頸部骨折で骨のずれがほとんどなく、比較的若い人の場合や、全身状態が悪く、手術の危険性の方が高いと判断される場合には保存療法を選択します。

転倒を予防する環境整備

高齢者では、加齢によって主に筋力や平衡機能（バランス）、視力などが低下し、家庭内の敷居の段差やカーペットにつまずいて転倒することも少なくありません。また、年をとると骨がもろくなりますので、転ぶと簡単に骨が折れる危険性も高くなります。大腿骨近位端骨折を予防するために生活環境を整備しましょう。

玄関の工夫

- ①外灯はつまずかないように足元がはっきりと見えるよう、通路や門まで明るくします。
- ②上がりかまちが高い場合には1～2段のしっかりとしたステップ台と手すりをつけます。
- ③上がりかまちが低い場合には、しっかりとした椅子を置くと靴の着脱が安定してできます。また必要に応じてL字型の手すりを付けると立ち上がりや移動が安定します。

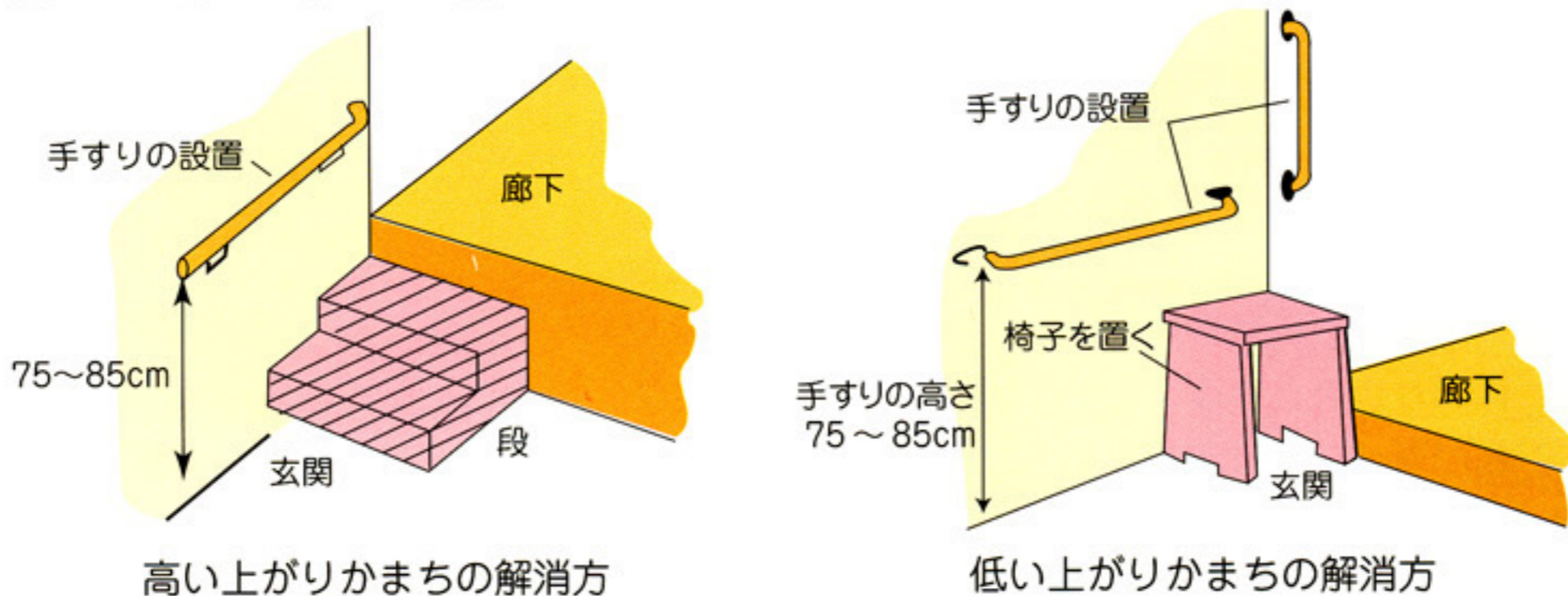
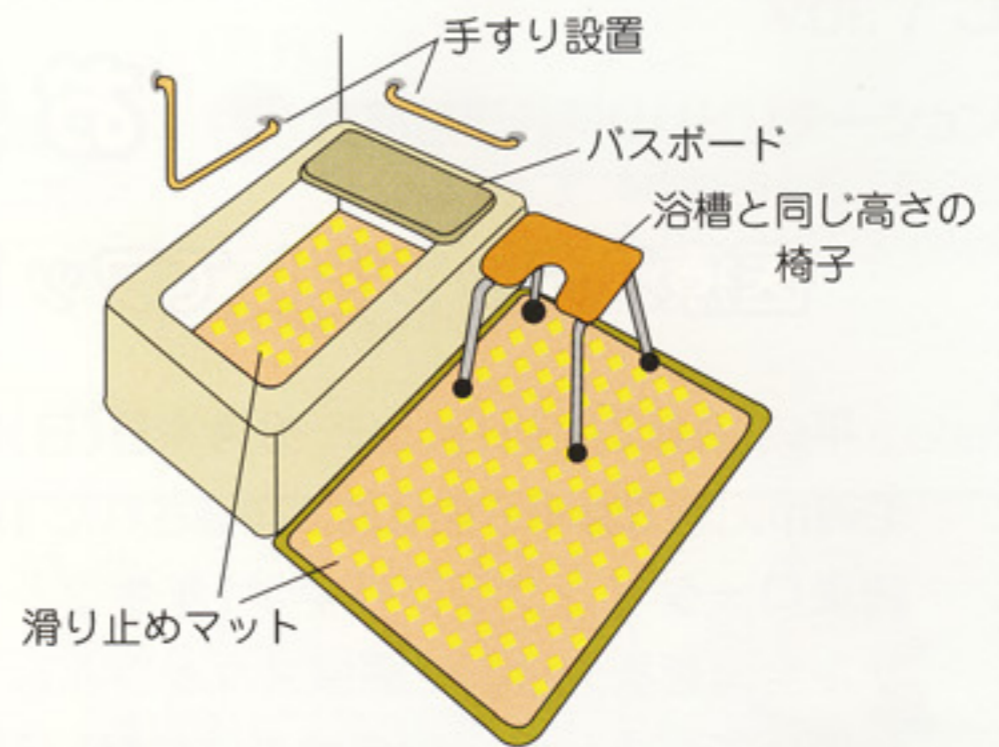


図4. 玄関の工夫

浴室の工夫

- ①脱衣所よりも浴室が一段低くなっている場合は、すのこを用いて同じ高さにします。
- ②浴槽をまたぐ時、不安定な場合は座って入るための浴槽と同じ高さの滑らないしっかりとした椅子や台を置き、動かないように固定します。バスボードも同じように固定します。またL字型や垂直型、水平型の手すりを付けます。
- ③浴槽内には滑り止めマットを敷きます。



健康教室

平成22年8月26日金曜日、「元気に楽しくLet'sフラ」と題して第149回健康教室を開催しました。alohiの坂平みやさんと仲間達をお迎えし、フラを披露して頂きました。アロハの曲に合わせて、みんなで楽しく体を動かしました。



リハビリ室がハワイに早変わり！



フラを披露していただいたalohiの坂平みやさん。



みんなで一緒に踊りました。



みんなで記念写真、はい、「アロハ」

お知らせ

医療スタッフとしてフットサル大会に参加してきました！

平成22年7月31日(土)、8月1日(日)に
尼崎市記念公園総合体育館で開催された『尼
崎東ロータリークラブ杯中学1年生フット
サル全国選抜大会』に医療スタッフとして
参加してきました。開会式の後には、Fリ
ーグの選手によるフットサルクリニックが
行われ、みんな元気いっぱい楽しそうにボ
ールを蹴っていました。2日間にわたり熱
戦が繰り広げられましたが、大きなけが人
もなく終了しました。



表彰式の様子



Fリーグ選手によるクリニックの様子

次回の健康教室のお知らせ

10月22日金曜日13時30分～15時に開催します。
テーマは「**楽しく元気に生きるコツ**」です。
おいしく食べるコツ、元気に動くコツ、楽しく考
えるコツをお伝えします。
たくさんのご参加お待ちしております。

モバイルサイト

下のQRコードを携帯電話で、
読み込むと、携帯サイトをご覧
になれます。

