

11-2 変形性関節症（へんけいせいかんせつしょう）

骨粗鬆症を背景として全身の関節、特に体重の加わりやすい部分の関節の骨の変形や骨軟骨の磨耗によって生じる。女性高齢者に多い。

治療は理学療法（運動療法・関節部の温熱療法等）、薬物療法として消炎鎮痛剤の内服薬、座薬、湿布材があり、特に痛みが強く関節炎が疑われる場合はステロイド剤を関節内に直接注射することもある。これらの治療で改善が見込めない場合は、関節の部分骨切り術や人工関節置換術などを行う。

主な症状	<ul style="list-style-type: none"> ● さまざまな程度の痛みが全身の関節に起こる。 ● 特に脊椎関節、股関節、膝関節、肩関節に出やすい。 ● 安静時は痛みがないか軽いが、動くとき痛みが強くなる。 ● 肩関節や脊椎関節の変形による末梢神経の圧迫に伴うしびれ、痛み、運動障害が出ることもある。 ● これらの関節の可動域の制限、痛みなどで運動障害も生じ、正座できない、長く歩けないようになる。 ● まれに関節炎を起こすことがあり、関節部が腫れることがある。
------	--

生活上の留意点	<ul style="list-style-type: none"> ● 負担軽減の為、ヒールや底の固い靴は避ける。（股関節） ● 長時間の立位や座位は避ける。（股関節） ● 激しい運動や重いものを持つての長歩きは避ける。（膝・股関節） ● 冷やさないようにホットパックや入浴など温^{おんあんぽう}罨法を行う。 ● 運動不足や肥満を避け、適切な運動を継続する。（膝・股関節） ● クッション性のある靴を履いて歩く。（膝・股関節） ● サポーターなどを使って関節を冷やさない。（膝関節） ● 負担を掛けないように食生活に気をつけ肥満にならないようにする。（膝・股関節）
---------	--

ケアマネジメントのポイント	<p><支援者の留意点・視点></p> <ul style="list-style-type: none"> ● 立ち座りが少ない椅子やベッドを利用する、高さを合わせた洋式トイレにするなど、膝に負担のかからない生活環境を作る。（膝関節） ● 臥位や座位での筋力強化運動を取り入れる。太腿の前面にある大腿四頭筋訓練を行い、膝への負担を軽減する。 ● 一次性：原因不明のものや加齢に伴う変化によるもの。 二次性：股関節の臼蓋形成不全や、先天性股関節脱臼によるものが原因として考えられることを視点として持つ。 ● 痛みの緩和と共に予防する為の肥満防止に取り組む。 <p><介護サービス事業者・医療関係者との連携のポイント></p> <ul style="list-style-type: none"> ● 術後の場合には脱臼する恐れもある為、専門職者のアドバイスを受けながら筋力強化やストレッチなど運動を取り入れる。（股関節） ● リハビリ等での成果が上がらない場合の手術等について、主治医に経過等を報告する。
---------------	--

代表的な薬	<ul style="list-style-type: none"> ● 非ステロイド抗炎症薬（ロキソニン、ボルタレン、セレコックスなど） <p>☒ 消化管出血、心不全、腎不全注意</p>
-------	---