

## <外傷>

### 半月板損傷

膝関節の内外側にある半月板が膝をひねったりして断裂することがあります。10～30歳の方ではスポーツで損傷することが多く、40歳以降では立ち座りの動作や階段などの軽微な外傷や加齢変化により自然に傷むこともあります。日本人に比較的多いのですが、生まれつき、外側の半月板が円盤状の半月板の場合は、学童期に自然に切れることもあります。膝の屈伸に痛み、関節が完全に伸びなくなったり、曲がらなくなったりすることもあります。さらに歩行で、「ガクッ」と膝が折れたり、膝が引っかかることもあります。理学的検査（マクマレーテスト等）でほとんど診断できますが、確定診断ではMRI（核磁気共鳴）が有用です。治療は、まずは膝の安静と鎮痛剤の内服です。半月板損傷があると、大腿四頭筋の廃用性萎縮が生じるので、大腿四頭筋などの筋力トレーニングが必要です。半月板の辺縁部は血行があるため再癒合が可能で関節鏡視下に縫合できます。特に若年者の場合、断裂が大きければ縫合した方が良いでしょう。断裂が小さい場合は自然治癒することもあります。半月板の中心部の断裂の場合は血行がないため、縫合しても癒合しないので、関節鏡視下に部分切除したほうが良い場合が多いです。断裂した半月板を放置すると引っかかって、膝がロッキングしたり、関節面の軟骨が変性して変形性膝関節症になることもあり注意が必要です（図参照）。



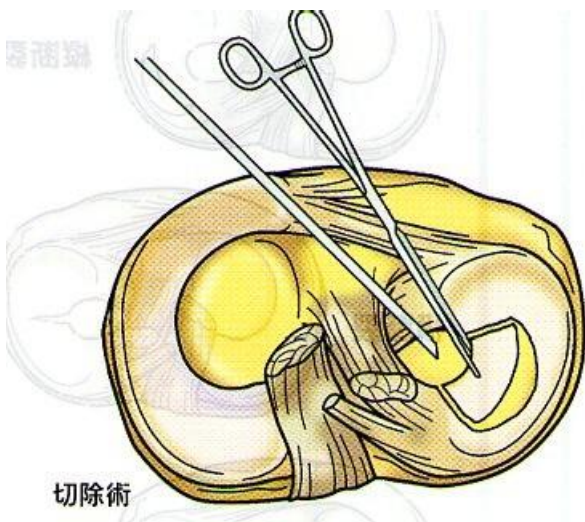
縦断裂



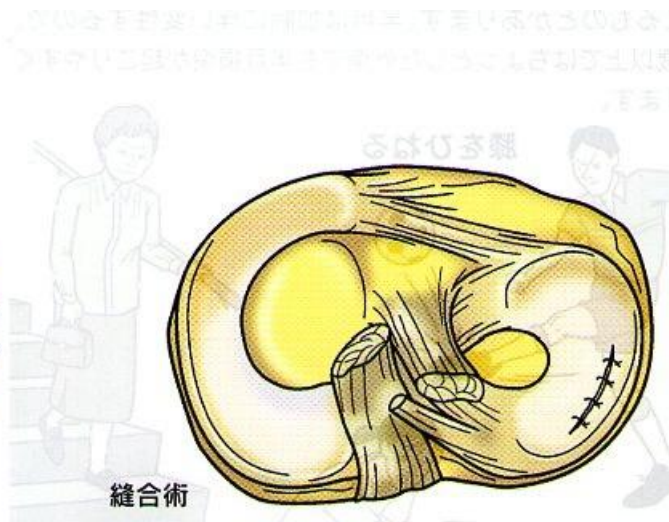
横断裂



変性断裂



切除術



縫合術

### 膝関節靭帯損傷（図参照）

#### 側副靭帯損傷：

スキー、柔道、ラグビーなどのスポーツで膝を外反位にひねったときに内側側副靭帯損傷が多く生じます。軽症であれば、装具を4～6週間装着して完治します。不安定性が大きければギプス固定したり手術することもあります。大腿四頭筋訓練などのリハビリも行いま

す。

#### 前十字靭帯損傷：

やはり、スポーツなどでひねって前十字靭帯損傷が生じます。内側側副靭帯損傷と内側半月板損傷を合併すると予後が悪く、手術を要する可能性が高くなります。歩行時などに急にがくっと膝くずれ（膝折れ現象）をおこします。放置すると変形性膝関節症になることがあるので、若年者のスポーツ選手は、手術が勧められます。断裂部位を直接縫合しても、一度断裂した靭帯は、癒合しても本来の機能をはたせない事が多いので、断裂した靭帯は切除して新たな靭帯を膝周囲の採取しても差し支えのない腱から作り直す靭帯再建術が必要となります。中高年で、あまりスポーツをしない方は、装具や筋力増強訓練など保存的に治療します。

#### 後十字靭帯損傷：

多くの場合、バイク事故や車の事故やスポーツなどで膝を90°に曲げた状態で、膝下の脛骨に前方から力が加わり生じます。後十字靭帯の脛骨付着部の剥離骨折を伴う場合は靭帯と骨片を元の位置へ引き寄せる手術がおこなわれることがあります。多くの場合は装具や筋力増強訓練などのリハビリ治療を行います。日常生活に不自由な場合は靭帯再建術が必要です。

