

第15回 関節症センターWEB健康教室

人工関節置換術の正しい適応の確立！

講演：

変形性股関節・膝関節症の手術の回避・延期を可能にする

「いい靴の選び方」

福岡和白病院 林 和生

2024年（オーストリア・ウィーン）・2025年（韓国・インチェン）で行われました  
OARSI World Congress（世界変形性関節症会議）で発表した二つの論文を中心に解説します。

★OARSI（Osteoarthritis Research Society International：世界変形性関節症会議）は、  
変形性股関節・膝関節症の保存療法（リハビリなど）・再生医療・薬物療法の基礎と臨  
床・疫学・病態学（遺伝子研究が多い）に関する世界最大規模の学会で  
世界のガイドラインを発信しています。

2025年6月7日

正常股関節

関節軟骨は、神経が存在していない



変形性股関節症

関節軟骨がすり減り・消失



正常膝関節

関節軟骨は、神経が存在していない。



変形性膝関節症

関節軟骨がすり減り・消失



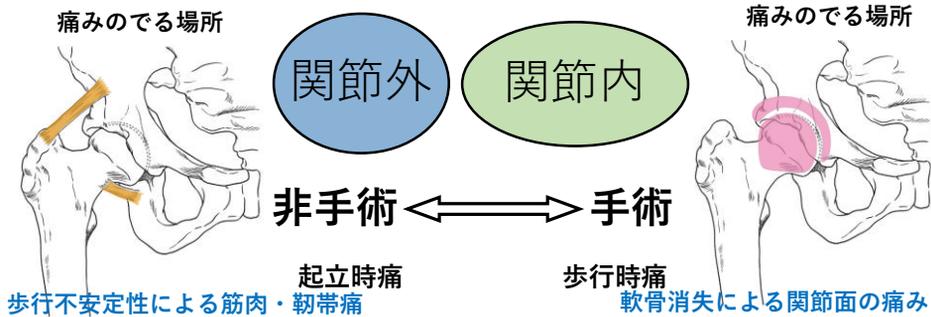
軟骨が消失して骨同士がぶつかった例（現時点での考察）



同じレントゲン所見で2種類の関節痛があります！！

**起立時痛**：多くの例は、この起立時痛です。  
立ち上がり時と歩き始めに痛みがでますが歩き出した後は痛みは軽減するのが特徴です。  
痛みの出る日と痛みの軽かない日があります。

**歩行時痛**：  
立ち上がり・歩き出しより歩き出した後により強い痛みがでます。痛みの軽かない日はありません。



上記の痛みは、レントゲン・MRIでは区別できません。詳細な問診が必要です。



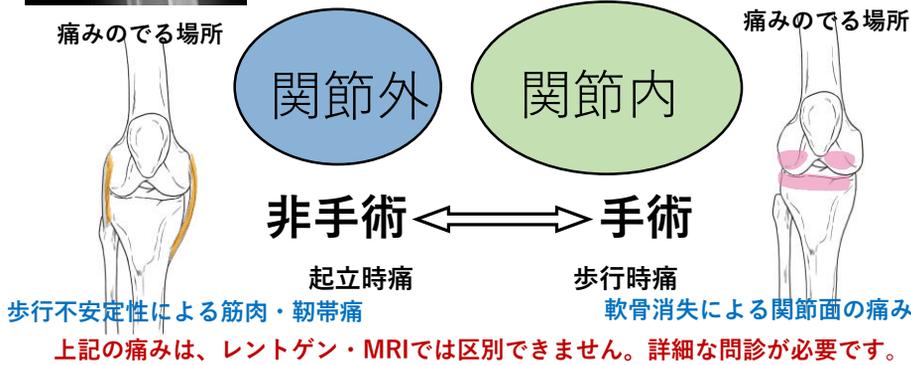
軟骨が消失して骨がぶつかった例：現時点での考察



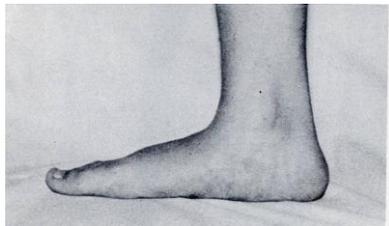
同じレントゲン所見で2種類の関節痛があります！！

**起立時痛**：多くの例は、この起立時痛です。  
立ち上がりと歩き始めに痛みがでますが歩き出した後は痛みは軽減するのが特徴です。  
痛みの出る日と痛みの軽いかない日があります。

**歩行時痛**：  
立ち上がり・歩き出しより歩き出した後により強い痛みがでます。痛みの軽いかない日はありません。



扁平足



整形外科 MOOK No.30 足の変形と痛み

外反母趾  
前足部の横広がり



↓  
進行 →

土踏まずの消失 ←

↓  
前足部の横広がり ←

手術と言われた重症患者全員：  
横に広がった前足に靴のサイズを合わせてかかとは、ぶかぶかになっています。  
また、柔らかい靴を着用し歩行中、かかとはグラグラに動いています。

標準整形外科学第11版

↓  
歩行不安定性が増強し股関節・膝痛が増強し股関節・膝の手術の原因  
になっていると思われます。

かかとは硬くかつ隙間ができないような靴への変更に取り組みました。

当科初診前、他院で1ヵ月後に右膝の手術が決まっていました。

自分の愛用のかかとの  
柔らかいぶかぶか靴



歩行不安定性があり  
右膝の不安定感が強い

かかとの硬いフィッティングのよい靴



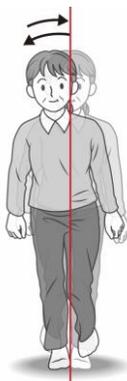
歩行不安定性がなくなり  
右膝の不安定感がなくなりました。  
片道10メートルで2秒以上歩く速度  
が早くなりました。

靴の変更のみで2時間歩行でも痛みがでなくなり手術回避できました！

## 「安定型靴への変更」が著効する理由！！

適応となる例：**起立時痛**の例。

立ち上がり歩き始めに痛みがでますが歩き出した後は痛みは軽減するのが特徴です。  
**痛みが出る日と痛みの軽いかない日があります。**



痛みの原因：歩行不安定性から生じる筋肉・靭帯痛

「安定型靴への変更」は、歩行不安定性を減少させ、  
膝・股関節痛を軽減させます。

後足部**安定性**が基本になりますので、**かかとの硬い靴**が  
必要になります。

多くの患者さんが、高度の扁平足か扁平足+外反母趾のため広い前足  
に合わせて大き目の幅広の柔らかい履きやすい靴を着用しています。  
靴を**かかとの硬い靴**に変えるだけで膝・股関節痛が減少  
することが多いです。



←最も重要です!

## ★「いい靴の選び方」での注意点!!

最適の医学用の靴は、歩行テストにより一人一人に最適の靴を選択する必要があります。

歩行テストをせずに患者さんご自身で購入された場合：  
サイズが合っていない(ほとんどが大きすぎる)。  
足底板、靴の中敷きとの組み合わせが合っていない。



痛みが改善しなかった例が、多いです!!

必ず一度、福岡和白病院関節症センターを受診し  
歩行テストを受けてください!!

★初診の場合は、原則として診断のためのレントゲン・MRI検査が必要です。

完全予約制ですので福岡和白病院 関節症センターへ電話予約してください。

[TEL.092-608-0001](tel:092-608-0001) (代表) → 関節症センターへ  
(月火水木金土: 9:00 a.m.~16:00 p.m.。完全予約制)

2024 OARSI World Congress (4/18/～4/21、オーストリア・ウィーン) で  
結果成績を発表しました。

**EFFECTS OF STABILIZING THE REAR FOOT, REALIGNING OVERPRONATION  
OF THE REAR FOOT, AND EQUALIZING LIMB LENGTH FOR PATIENTS  
WITH HIP OSTEOARTHRITIS**

K. HAYASHI SR.<sup>1</sup>, T. TSUNODA<sup>2</sup>

2025 OARSI World Congress (4/24/～4/27、韓国・インチェン) で  
結果成績を発表しました。

**EFFECTS OF STABILIZING THE REAR FOOT BY TIGHT FIXATION OF  
PROXIMAL SHOELACES FOR PATIENTS WITH HIP OSTEOARTHRITIS**

K. HAYASHI SR.<sup>1</sup>, T. TSUNODA<sup>2</sup>

<sup>1</sup>福岡和白病院関節症センター、<sup>2</sup>浅間総合病院整形外科、日本

★OARSI (Osteoarthritis Research Society International：世界変形性関節症会議) は、  
変形性股関節・膝関節症の保存療法 (リハビリなど) ・再生医療・薬物療法の基礎と臨床・  
疫学・病態学 (遺伝子研究が多い) に関する世界最大規模の学会で  
世界のガイドラインを発信しています。

**起立時痛・歩行時痛のPSTP-R セラピー・人工関節への反応**

**1：起立時痛**

軟骨消失して骨同士がぶつかっていても、骨同士からは痛みはでておらず  
歩行不安定性から生じる筋肉・靭帯の痛みである。

多くはPSTP-R セラピーで改善する。

人工関節術後、痛みが続くといって当科初診された患者は、ほぼ全員  
術前の痛みは起立時痛であった。  
起立時痛に人工関節が行われた例では、術後痛みが改善する例と改善しない  
例がばらつく印象が強い。  
今後の研究による検討が必要である。

**2：歩行時痛**

軟骨消失して骨同士がぶつかった関節面からの痛みである。

PSPT-R セラピーでは改善しない。

人工関節術後は、ほぼ全員痛みが改善し「こんなことならもっと早く  
手術すればよかった。」の話が聞かれる。

## まとめ

1: **安定型靴の適応**となる例は、**起立時痛**の例です。

立ち上がりと歩き始めに痛みがでますが歩き出した後は痛みは軽減するのが特徴です。

**痛みの出る日と痛みの軽いかない日があります。**

2: 「手術しかありません。」と言われた例に対する**安定型靴への変更+PSTP-Rセラピーの混合療法は、PSPT-Rセラピー単独療法より即効性があり痛みのでない歩行距離が伸びています。**

3: **安定型靴への変更**で術後持続する痛みが軽減する例が多いです。