

整形外科外来だより

No 10 2007/01/01 けいゆう病院 整形外科 発行

◆新年あけましておめでとうございます◆

今年も穏やかな気候で始まりましたが、整形外科では今年は質問箱を始めました。これは普段の診察では聞けないような雑談や疑問に感じていることを気楽に聞いていただくために設置しました。投書箱ではないので御意見や御指摘は院内にある投書箱に入れていただくようお願いいたします。月に1回まとめて回答を提示したいと考えています。また、質問が多かった項目はこの外来だよりで取り上げたいと予定しています。今年もよろしくお願ひいたします。



◆体の音は病気◆

「ポキポキ指を鳴らす」時は気合が入っているときですが、何で音がるのでしょうか。こういう事が医学的に研究される機会は少なく、NHK等によく調べています。私もテレビで見ましたが、指の関節を強く曲げると正常の可動域を超えて曲がる時に真空状態が生じて音がするようでした。つまり関節を必要以上に曲げたために生じた異常現象で、決して関節に良い作用をする動作ではありません。自分の気合を相手に伝えてはったりを利かせるには良いですが、指にとってはよくありません。あまりしないほうがよいと思います。

「膝がギシギシする」のも良くあることです。これは膝の関節内のオイルが切れたような状態で、軟骨が擦りへってきた証拠です。この場合は早めに病院でオイル（ヒアルロン酸）の注射をしていただくのがよいと思います。

「ポキと音がして曲がって伸びなかったが膝が伸びるようになった」時は膝の中のクッションである半月板に傷がついている事があります。更に階段などで「膝がガクツとくずれる」ようになると間違いありません。すぐに当院の森山先生に見ていただいたほうが得策です。

「ポキッと音がして指が伸びた」時は前回号で取り上げたバネ指です。小野先生が専門ですので1度受診して下さい。

「首がグキとなって動かなくなった」時は静かにしながら手のしびれが出ないか様子を見て下さい。しびれがなければ頸の関節の捻挫で、寝違いみたいなものですので、痛み止めを飲んで静かにしましょう。手がしびれてきたら椎間板ヘルニアですのですぐに私を受診してください。

「ギクとなって腰が痛くなった」時にはぎっくり腰が多いですが、高齢の女性は圧迫骨折の可能性もあるのですぐに受診してください。

(文責 鎌田修博)