

## 変形性股関節症

# 今月の健康ナビ Q&A

今回の相談者は50代の事務職の男性から。痛みの内容は「股関節のあたりが痛む」というものだ。さっそく、ソフィア整骨院の古川ぶんと先生に、痛みの対処法について聞いてみた。

**Q** 寒くなると肩がこりやすくなったり、腰が痛く寒さと痛みには関連性があるのでしょうか。

**A** これは微妙な問題です。すね。たしかに「寒くて肩がこる」「寒くて腰が痛む」という人がいます。

しかし、寒いから痛みが生じる、というメカニズムを医学的に説明するのは難しいと思います。体温が極端に下がれば、当然血行が悪くなり、筋肉が病的に硬縮するでしょうが、実際には人の体温は外気温が低くなくても一定に保たれています。ですから、寒いから痛みが生じやすくなる、といったことはないのです。

しかし、なぜか年明けにはギックリ腰などの急性痛で来院される患者さんが多くなります。やはりお正月で忙しかったりすると、普段使わない筋肉に負担をかけ、知らず知らずのうちに筋肉が緊張してしまふのかもしれない。少しでも痛みや違和感を感じたら、治療院に足を運んだほうがいいと思います。

**Q** 最近、股関節のあたりが痛むのですが、これを放っておくとどのようなようになってしまふのでしょうか。

**A** おそらく筋のこわばりが痛みの原因でしょう。また、筋のこわばりをそのまま放置すると、経年にもない変形



性股関節症に移行するケースがあります。これは股関節周囲の慢性的な筋肉の硬縮（機能異常）の結果、股関節の構造異常をもたらず病変です。

股関節の変形で痛みが生じるという説明をされますが、私は筋肉のこわばりが股関節痛の真因であると考えています。

実際、股関節の変形が進行してしまうと脚長差が生じてきます。そのため片側への荷重が増え、筋肉はさらに緊張し、痛みを生じる可能性が高くなるのです。しかも、構造的な異常を矯正するためには、外科的手術しか方法はありません。こういった最悪な状態に陥らないためにも、痛くなったら我慢をせず、早めに治療することを心がけてください。



### ◆古川ぶんと◆

1973年生まれ。大学卒業後、柔道整復師の国家資格を取得。厳しい研修生活の後、複数の整骨院で分院長を経験。06年12月に、痛み専門・筋肉治療専門の「ソフィア整骨院」を開院



●問い合わせ  
ソフィア整骨院  
〒166-0012

東京都杉並区和田3-58-9  
パークサイド東高円寺1F

☎03-3314-1276

<http://www4.ocn.ne.jp/sophias/>