

巽先生の治療の流れ

初診

- 1 患者さんとご家族に「ひざのしくみ」「3大ケア（保存療法）」「人工ひざ関節手術」についての説明。
- 2 レントゲン写真をもとに、問診・触診を行い病状を説明。
- 3 3大ケアの方法を説明。

再診1回目 (初診から3カ月後)

3大ケアを3カ月間 行った効果を診断

効果が
あった

- 3大ケア・リハビリをさらに3カ月間継続

効果が
なかった

- 手術を検討可能であれば手術(全置換術か半置換術)を決定。

を見るのではなく、悪い面を理解して、それが起こらないようにすることが大切です。「すべてお任せで」と身体を差し出す患者さんが多いですが、自分の身体のことですから、大切に使うためにきちんと理解してほしいです。

——どんな悪い面があるのでしようか。

巽 まず、人工ひざ関節の耐用年数は20年くらいです。金属部分は200年くらいは持ちますが、金属と金属の間のクッション・軟骨の役割をしているポリエチレンが20年くらいで磨耗してしまいます。70歳の時に手術をすれば、90歳のときにクッションの入れ替えが必要になるわけです。

——あと二つは何ですか。

巽 合併症として最も避けたい「感染症」と「血栓症」です。特に、血栓症が起こると、脳梗塞、心筋梗塞、肺塞など命取りの病気に陥ることが少なくありません。

——保存療法で手術を避けることをすすめていますが、逆に、どのような患者さんの場合に手術をすすめているのでしょうか。

巽 患者さんの中には、もちろん手術を行ったほうがいい人もいます。今までの経験では、それは患者さんの性格によるところが大きいです。ひざが悪くなった原因にしっかりと向き合って、乗り越えていける人は結構たくさんいます。

す。こういう人は、軟骨が完全になくなっても、痛みのないひざを作っていくことができるのです。

逆に向き合えない人もいます。そういう人には、いたずらに時間を浪費しないで、すぐに手術をしてもいいと思っています。

——保存療法で手術を避けられる患者さんの割合は、どれくらいでしょうか。

巽 最近の統計では、当院へ来られる患者さんの9割は、軟骨が完全になくなっていきます。しかし、その内の半数の患者さんにひざ痛の顕著な改善が認められ、手術を回避することができています。

もつとも、再診の時点で痛みが和らぎ、手術を回避できたからといって、生涯その良好な状態を保てるかどうかは今のところわかりません。保存療法をいかに長く続けるかが、ひざ痛の再発を防ぐポイントでしょう。

——保存療法を継続的に行うことによって、慢性的なひざ痛でも寛解（一時的あるいは

永続的に症状が軽快した状態)が望めるのは、とても興味深い話ですね。

巽 人間の身体には、もともと壊れた機能を修復したり、補ったりできるような機能が備わっています。いわゆる自然治癒力というものです。軟骨が全くなくなっても医者にはほとんど行かず、生涯農業に従事できた方もたくさんみられました。そうした状態になるのが理想的です。

——自然治癒力に主眼を置いているのでしょうか。

巽 そうですね。医師という立場上、エビデンス(科学的



根拠)のないことは明言できませんが、人間の自然治癒力が治療の成果に大きくかわわっていると思います。

——手術の専門家である巽先生が、足指握りなどの保存療法にこだわるのはなぜでしょうか。

巽 最初のころは、我々の指導する保存療法は、手術と違った場合でも感染症のリスクを軽減することに役立つていました。でも、保存療法を行うだけで思いのほか病状がよくなってしまう患者さんが増えてきたのです。そうした状況を見て、私の考え方も変わってきたのです。いつでも患者さんが教科書です。

——巽先生がお考えになって

いる自然治癒力を、具体的に説明していただけますか。

巽 新陳代謝(古いものと新しいものの入れ替わり)と同じような働きとっていいでしょう。ご存じのように、私たちの体の細胞は、常に死滅と誕生をくり返し、入れ替わっています。皮膚の細胞は1〜2週間、筋肉は1カ月、骨は4カ月くらいで新しい細胞と入れ替わります。半年経てば人間を構成している分子・原子はすべて入れ替わっているわけです。

皮膚は、外側からは、お風呂でアカとなって下水道へ流され、内側からも分解されてオシッコになって体外へ排出されます。今ある身体の分子

は、半年経てばすべて海の中です(笑)。

その間、毎日食べたものが新しい身体を作ります。だから口の中に入れるものには気をつけたほうがいい。加工食品ばかり食べていると、身体によくありません。人の手で心を込めて作られたものを食べないとダメです。

生活習慣を改めて、体重のかけ方を変え、ひざを守る筋肉を鍛えて作り直ししましょう。身体は毎日変化しているので、しだいに痛みの少ないひざが作り上げられていきます。完全に消失してしまった軟骨は戻らなくても、微小骨折の起こらないひざができれば、痛くない歩行が可能になります。

ります。

——保存療法で微小骨折が起こりにくくなれば、ひざ痛がらくになりますか。

巽 なります。足指握りなどの保存療法を3カ月間行ってもらうのは、その間に骨や筋肉の細胞がすべて入れ替わるからです。そして、3カ月後に、保存療法によるリハビリを継続するか、手術に踏み切るかの判断を行うのです。

保存療法に真剣に向き合わなければ、何も変わりません。最初は無理だとあきらめていた人が、3カ月後の変化に驚く姿を、私は何度も見えています。このときこそが、私にとって最も楽しい時間なのです。