



Femoroacetabular Impingement

FAI 大腿骨-寛骨臼インピンジメント

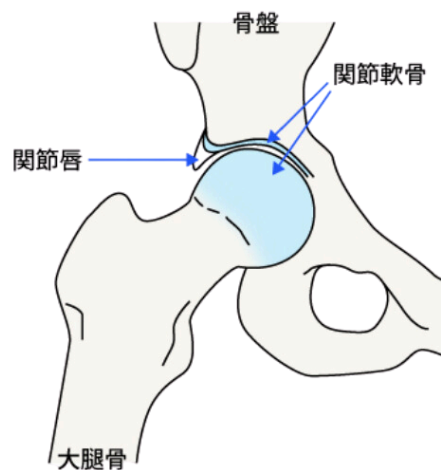
原因

FAIの原因は現時点では完全には解明されていませんが、この過剰な骨は成長期にできるといわれています。また、アスリートの発症頻度が非常に高いことが知られています。一方で、FAIの骨形態があっても必ず痛みが生じるわけではありません。

症状は20～40代で自覚することが多く、症状がある場合は、関節唇や関節軟骨の損傷が生じており、今後の進行に注意が必要です。

病態

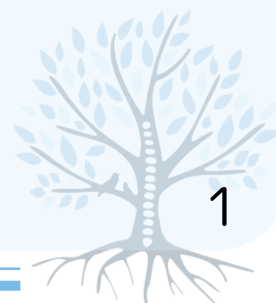
FAIは、大腿骨頭と寛骨臼のいずれか、もしくは両方に骨のでっぱりを伴う形態異常があることで、股関節を曲げたりひねったりする際に、関節の中で骨同士がインピンジメント(=衝突)を起こしてしまう状態です。股関節内で衝突が繰り返されると、関節唇が損傷してしまい、股関節痛の原因となります。



症状

主な症状は、股関節の痛み・固さ・動きの制限です。

1. 股関節を深く曲げた時に前面が痛い
2. 長時間座っていると徐々に痛みが強くなる
3. 股関節の可動域が減少する
4. 階段を上る時や車に乗る時に痛い
5. 長時間の歩行でも痛くなる時がある



診断

まずは問診と身体診察により、股関節の痛み、動きの制限、日常生活や運動の支障などを確認し、FAIが疑われる場合はX線検査とMRI検査を行ないます。

治療

保存療法

股関節内での骨の衝突は股関節を深く曲げる動作で起こるため、しゃがんだり、あぐらをかくような痛みを伴う動作を避けるようにします。股関節に負担がかからない身体の動かし方を理解することによって、痛みが緩和し、再発予防にもつながります。

また、最も重要となるのが、筋力訓練と柔軟体操のリハビリテーションです。

股関節や体幹(骨盤・腰部)の筋力と柔軟性を改善させることで、関節の安定性の向上や負担の軽減が得られ、痛みが緩和されます。

痛みや関節内の炎症が強い場合は、必要に応じて鎮痛剤の処方やステロイド注射などの薬物療法を行ないます。

手術療法

十分な保存療法を数カ月続けても症状が改善しない場合は、手術を検討します。FAIと関節唇損傷の手術では、断裂した関節唇を縫合し、大腿骨と寛骨臼のでっぱりを削ります。近年では関節鏡(関節の内視鏡)を用いた手術が普及しており、小さい切開を数カ所作り、関節鏡で関節内を見ながら手術が行なわれます。

