平成25年度の整形外科疾患別で第1位！

大腿骨頸部骨折について。

高知県の東部地域では高齢者の増加が顕著であり、そのため骨折などのリスクは年々高まる一方です。これから骨折の中でも多い大腿骨頸部骨折について学び、予防についての知識を身につけましょう。

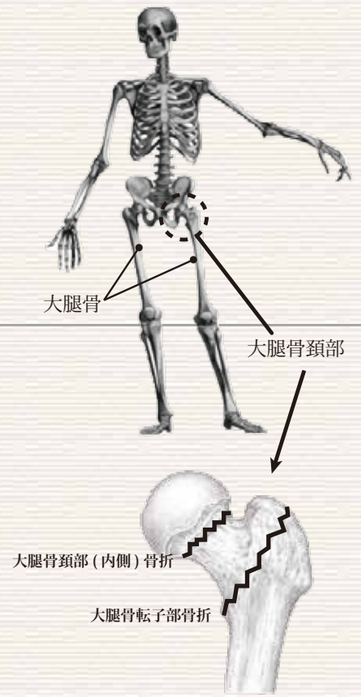
【骨折】

95％以上が転倒で起こる！

①大腿骨と大腿骨頸部

身体の中で最も長いのが大腿骨で、太ももの骨と考えてください。その大腿骨の付け根、いわゆる股関節につながるところを大腿骨頸部といいます。（図1）全身のなかでは、胴体と脚のつなぎ目の部分にあたり、体を支える役割を果たしています。ところが形が「く」の字に曲がっており、転倒の際に衝撃が集中し骨折をきたしやすいという弱点があります。特に骨粗鬆症ではちょっとした力が加わるだけで倒れてしまいます。

【図1】



②大腿骨頸部骨折

高齢者が転倒して立てなくなったという通報から、患者さんが救急車で搬送されることが多くみられます。このような場合にはまず、大腿骨頸部骨折を疑います。（表1）この骨折の95％は転倒により起こります。日本では年間約10万人の人が受傷しており、骨折により長期間ベッドで安静にすることを余儀なくされると、持病が悪化するだけでなく肺炎などの呼吸器系、心不全などの循環器系、胆のう炎などの消化器系、膀胱炎などの尿路系の病気など様々な合併症を引き起こす危険が高まります。そのため全身状態が悪化して要介護となり、なかには死亡に至ることもあります。全国的にも大腿骨頸部骨折単独で要介護の原因の10数パーセントを占めており、年々増多する傾向にあります。

【表1】

大腿骨頸部骨折の特徴

- □ 足の付け根が強く痛む
- □ 自力で立ち上がれず、歩けない
- □ 触られると痛みが増加する
- □ 足が不自然な方向に向き、短縮する

【診断】

まず画像診断！

通常はレントゲン検査で骨折が判明します。しかしながら、レントゲンで骨折がはっきりしない場合にはＭＲＩを撮像することもあります。

【治療】

手術は可及的速やかに！

大腿骨頸部骨折のほとんどが手術の適応です。といいますのは、胴体の近位部に強い痛みが発生するため、体位変換が非常につらくて起き上がれない、食欲が出ない、食事をしても喉から気管支に食物が入り肺炎を生じる、睡眠障害により昼夜が逆転する、排泄の不便さから尿路感染を起こしたり、背中や骨盤に褥創を生じるなどの合併症が発生するからです。そのため全身状態を確認して可及的、早急に手術を行う必要があります。骨折部の血流状態により、頸部（内側）での骨折では人工骨頭置換術（図2）を、転子部では金属の釘による骨接合術（図3）を行います。

【図2】

大腿骨頸部（内側）骨折

術前

※頸部での転位が強い

術後

※人工骨頭置換

【図3】

大腿骨転子部骨折

術前

※骨折部が外側

術後

※金属釘で内固定

大腿骨頸部は、骨折が股関節の内側（専門的な呼び名としての頸部）にあるか、外側（専門用語で転子部）にあるかで治療方法が異なってきます。関節内側にある場合は骨折の転位（ずれ）の度合いによって状態が異なります。というのは、ずれが大きいと骨の中を通る血管が損傷してしまい、骨接合を行っても再開通する可能性が乏しく血流障害による骨壊死を手術後に生じてくることがあります。ずれが小さい場合は転位を最小限に止めて骨接合を行うようにします。関節外側に骨折を生じた場合には骨折片の両側から血流があるため、骨の癒合を目的に金属による接合が可能となります。

手術が終わると傷の痛みは数日で改善します。なにより手術直後から、折れた骨が体内で擦れ合う痛みがなくなり、耐えられないような強い痛みがとれ、次第に食欲が戻り、ベッドの横に座ることができるようになります。車椅子への移乗から立位や歩行訓練へとリハビリテーションが進みます。

人工骨頭置換術では設置した股関節の角度により、術後股関節をねじると脱臼を生じることがあるので、予防を含めてリハビリの際に注意して指導いたします。骨接合術では、骨や金属の耐用性により体重負荷を加減します。

【転倒】

日頃から予防を心がけよう

直接の原因となる転倒の予防についてお話しします。転倒しやすい人（表2）は日頃から用心しなくてはなりません。

住居内では段差や床の上の物や電気コードに足を引っ掛ける危険があります。手すりを利用し、滑りやすい廊下や階段は注意してください。電気や蛍光灯で室内の明るさを保つことも必要です。屋外では靴のひもが外れたりすると踏みつけるので危険です。ひものないものをお勧めします。横断歩道では余裕をもって通行してください。不安な方は外出時の杖の使用をお願いします。

【表2】

転倒しやすい人チェックリスト

- □ 下肢の筋力が低下し、関節痛等によりバランスがとりづらい。
- □ とっさの時に動作がとれない。
- □ 視力・聴力の低下で周囲に注意が払えない。
- □ 心臓や脳の持病があり、発作の恐れがある。
- □ 持病の治療薬の内服でふらつきを起こしやすい。

高齢の方は骨の健康を保つため骨粗鬆症の検査や治療薬を内服することも必要となってきます。日光には骨に必要なビタミンＤを作成する作用があり、適度に外出して、程よい運動をすることをお勧めします。

食事ではじゃこや小松菜、豆腐やしいたけ、牛乳などカルシウムやビタミンＤの含まれた食物を摂取することも骨粗鬆症の予防になり、ひいては転倒の予防につながります。

それでも万が一転倒した際には、表1に示した症状がみられる場合、救急車を呼んでください。県立あき総合病院では、総力を挙げて治療を行います。

［森澤 豊］

「転倒」には日頃から用心を！