



# うしくり通信



## 整形外科の疑問と勘違い



### 1. 単なる痛み止めはいりません

**痛**みがある場合、その痛みの原因を治すことが治療ですが、痛み止めの薬を処方したり注射を勧めると「痛みを止めるだけの治療は希望しません」「痛みが取れると無理しちゃうので不要です」とおっしゃる方がおられます。しかし、もとなっている病気を治すためにも痛みを止めることは大事です。肩凝りや腰痛などは原因があるというよりも、単に疲れや無理な姿勢でいたために起こることもしばしばあります。こうした場合、痛みが長引くと、痛みをかばうために姿勢が悪くなり、さらに長引くという悪循環になることがあります。それを防ぐ意味では早目の内服は効果的です。



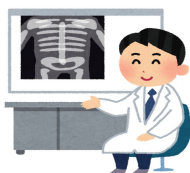
**も**っとも多く処方される痛み止めは**解熱消炎鎮痛剤**なので、起きてる炎症をとる効果があり、一時的な効果というよりもそれだけでも治癒させることが可能です。



### 2. レントゲン検査で被爆が心配

**通**常のレントゲン検査での被曝線量は数ミリシーベルト以下ですから、**100ミリシーベルト**未満の被曝線量であれば発がん性はなく、自然の放射線よりも上回らないことがわかっています。

**ま**た、胎児が放射線に被曝した場合、奇形が発生する可能性が高くなるのは、被曝の時期が受精後2~8週の間であり、かつ被曝線量が100ミリシーベルト以上である場合です。その時期母親も妊娠を知らずにレントゲン検査を受けてしまったりすることがありますが、整形外科で行なうレントゲン検査の場合、胎児への影響が大きい腰椎の検査でも胎児の被曝線量は**5ミリシーベルト**程度です。つまり普通のレントゲン撮影では胎児の奇形については問題ないと言っていいでしょう。



### 3. 交通事故後の後遺症が心配

**追**突事故のあとなどに首や肩がこったりすることがあります。これは事故の際に頸椎が過伸展されて周囲の靭帯や筋肉が引き伸ばされたために生じる

痛みであることが多く、俗にいう「むち打ち」ですが、通常は1週間程度でなおります。

**と**ころがすっかり良くなっても、何年かしてまた症状が出ることはないだろうかと心配する方がいらっしゃいます。あるいは昨日から急に肩がこるようになったという患者さんから、若い頃に追突されたことがあるがそのせいだろうかと言われることがあります。

**事**故後症状が継続している場合は別ですが、よくなっていたものが突然現れたとすれば、まずその時に原因がないか考えなければなりません。



**首**や肩がこるのは事故のせいばかりでなく寝違えただけでも起こりますし、何か根をつめた仕事をしたあとにもよく起こります。特に加齢とともに頸椎の椎間板や周囲組織の変性が進みやすくと肩もこりやすくなります。

### 4. 膝に溜まった水を抜くと癖になる

**関**節がスムーズな動きをするためには機械の潤滑油と同じように関節液が必要です。関節液は正常の関節にはごく少量しかありません。膝に水がたまるとはこの関節液の量が異常に増えたということです。

**増**える原因は関節を包む袋に炎症が起こると袋の血管から水分がしみ出しやすい状態になるためです。ですから膝に水がたまるということは、鼻炎のときに鼻水が出るのと同じことで、膝の関節炎のために水分がしみ出しやすい状態になっていることを示すもので、あまりよい状態ではないことを意味します。

**膝**に水がたまると関節を包む袋がふくらんで、袋が緊張したための痛みが加わって痛くなります。自然に吸収されてくることもあります。あまり痛みがあるようなら抜く方が早く楽になります。このときに患者さんから**水を抜くと癖になる**という噂があるので抜かないでほしいと言われることがあります。

**膝**の水を抜いたせいで水がたまりやすくなるということではなく、元の炎症が良くならないために水が繰り返したまっていることをご理解ください。水を抜くことで症状を緩和させるということも大事な治療となります。

