



大腰筋と腸骨筋の状態

定義

大腰筋（存在する場合は大腰筋と小腰筋を含む）は、腰椎の両側から骨盤と腹部を通して下方に伸び、腸骨筋と合流して腸腰筋を形成する。両筋は、腸腰筋腱を介して股関節の小転子に付着する。股関節と腱付着部の間には大きな滑液包がある。

大腰筋と腸骨筋はともに股関節屈筋で、歩行、ランニング、ジャンプなどの動作において、大腿を胸の方に持っていく。遠位端が固定されると股関節が安定するため、これらの筋肉は横たわった状態から体幹を前方に曲げるように作用する。

さらに、腸腰筋は片側だけを収縮させると、脊柱下部を側屈させる。

腸腰筋に影響を及ぼす疾患には、以下のようなものがある：

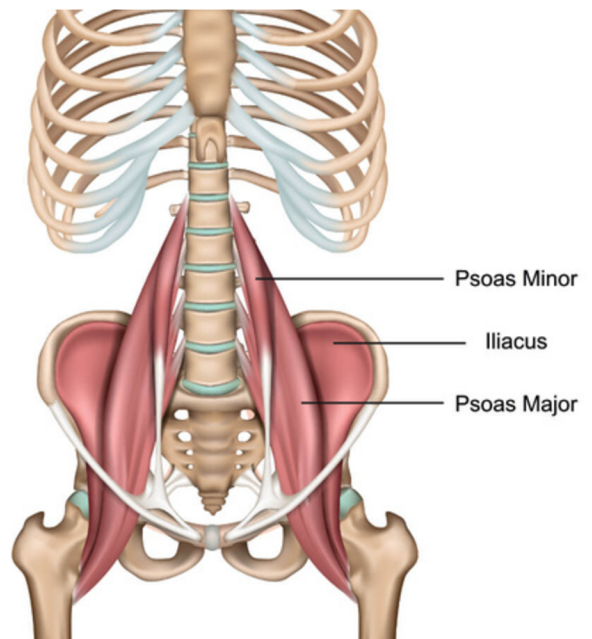
- 腸腰筋腱炎
- 腸腰筋滑液包炎

腸腰筋腱炎と滑液包炎は、その治療法が似ているため、しばしば併発し、分離するのが難しいことがあります。両疾患とも使い過ぎによる傷害の結果生じることが多く、ランナーだけでなく、キックスポーツやダンス、走り高跳びに携わるアスリートにも多く見られます。

腸腰筋腱炎は、人工股関節置換術後に起こる軟部組織の合併症でもあり、人工股関節の装着が原因で腱が炎症を起こす。人工股関節を伸展させる（脚を体の後方に持っていく）動作は、腸腰筋腱を含む周囲の軟部組織に炎症性変化を引き起こし、インピンジメントや腱炎を引き起こす可能性がある。

PATIENT INFORMATION FACT SHEET

股関節形成不全[ss2]では、骨の異常により股関節の機能が影響を受けるため、腰と股関節を安定させるために働く筋肉、すなわち大腰筋や腸骨筋、さらに深臀筋が過剰に働き、これらの筋肉や腱の使い過ぎによる損傷やその結果生じる問題のリスクが高まります。





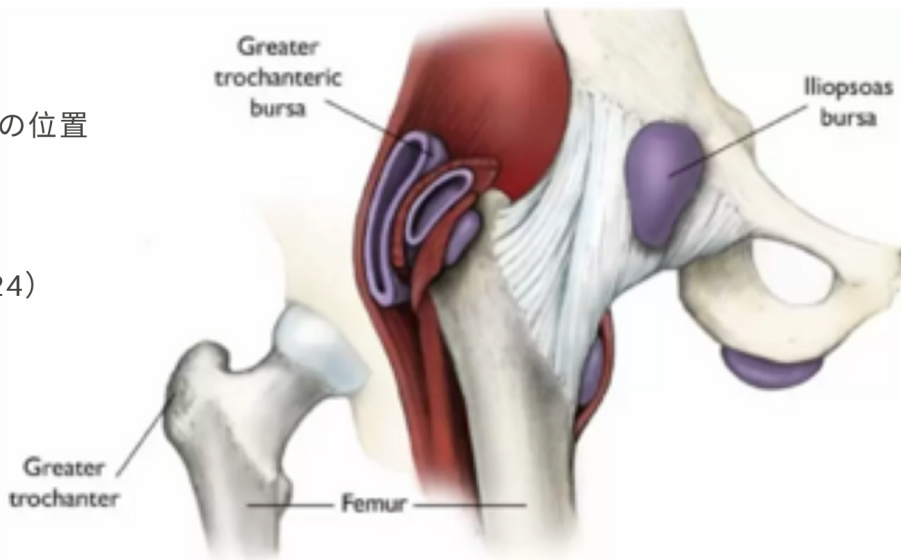
兆候と症状

- 鼠径部の痛み
- - 大腿前面から膝にかけての痛み。
- - 股関節内反症候群[SS3]と関連する可能性のある、カチッ、カチッという可聴域の痛み。
- - 腸腰筋の緊張に起因する膝蓋腱炎による膝前面の痛み。
- - 症状が進行すると、断続的な痛みが活動中も安静時も持続するようになる。
- - 靴下や靴を履く、座っている状態から立ち上がる、階段や傾斜のある場所を登るなど、特定の動作によって痛みが悪化する。
- - 股関節の屈曲を伴う場合は、体幹の屈曲を繰り返すことで腱鞘炎が悪化することがある。

外科的治療

非外科的治療が成功することが多いため、外科的治療が必要になることはまれである。症状が持続する場合は、影響を受けた腱の損傷に対処するために、開腹手術または低侵襲の関節鏡手術が必要になることがある。大腰筋の痛みが人工股関節全置換術に続発する場合は、関節鏡視下大腰筋腱切開術や人工股関節コンポーネントの再配置術が必要になることもあります。

腸腰筋滑液包の位置を示す図
(Grosvenor Orthopaedic Partners, 2024)



診断

診断には時間がかかる。股関節や骨盤の周囲に起こる他の疾患と症状が似ていることがあるため、他の原因を排除することが重要です。画像診断が診断プロセスの大部分を占め、局所麻酔薬を用いた診断注射により、症状の部位と考えられる原因を確認する。X線検査、超音波検査、MRI検査が必要になることも多い。

手術以外の治療

非外科的治療の目的は、痛み、痙攣、腫れを軽減することである。その後、日常生活への復帰を目指す。治療法には以下のようなものがある：

- NSAIDsを含む薬物療法
- 氷
- 安静
- 穏やかなストレッチ、活動性の改善、安定性、ROM、筋力、持久力、プロプライオセプションを徐々に改善するエクササイズなどの理学療法。
- 画像ガイドによる副腎皮質ステロイド注射

手術後に期待されること

関節鏡手術後の回復は、一般的に開腹手術後よりも早く、活動への復帰も容易です。スポーツへの復帰は、手術所見にもよりますが、股関節温存術を担当する外科医と理学療法士がアドバイスをしています。

回復の初期段階では、体重の負荷や活動に制限があるかもしれませんが、これは外科医によって異なり、手術所見や実施した手技によって異なります。

理学療法は術後から開始することができ、手術の内容や個人の目的に応じて、最長6ヶ月かけて徐々に可動域、安定性、筋力、可動性、機能を高めていきます。

For further information about ISHA - The Hip Preservation Society, how to find an experienced hip preservation surgeon or physiotherapist, or to make a donation, visit www.ishasoc.net. Charity registered in England and Wales, number 199165.