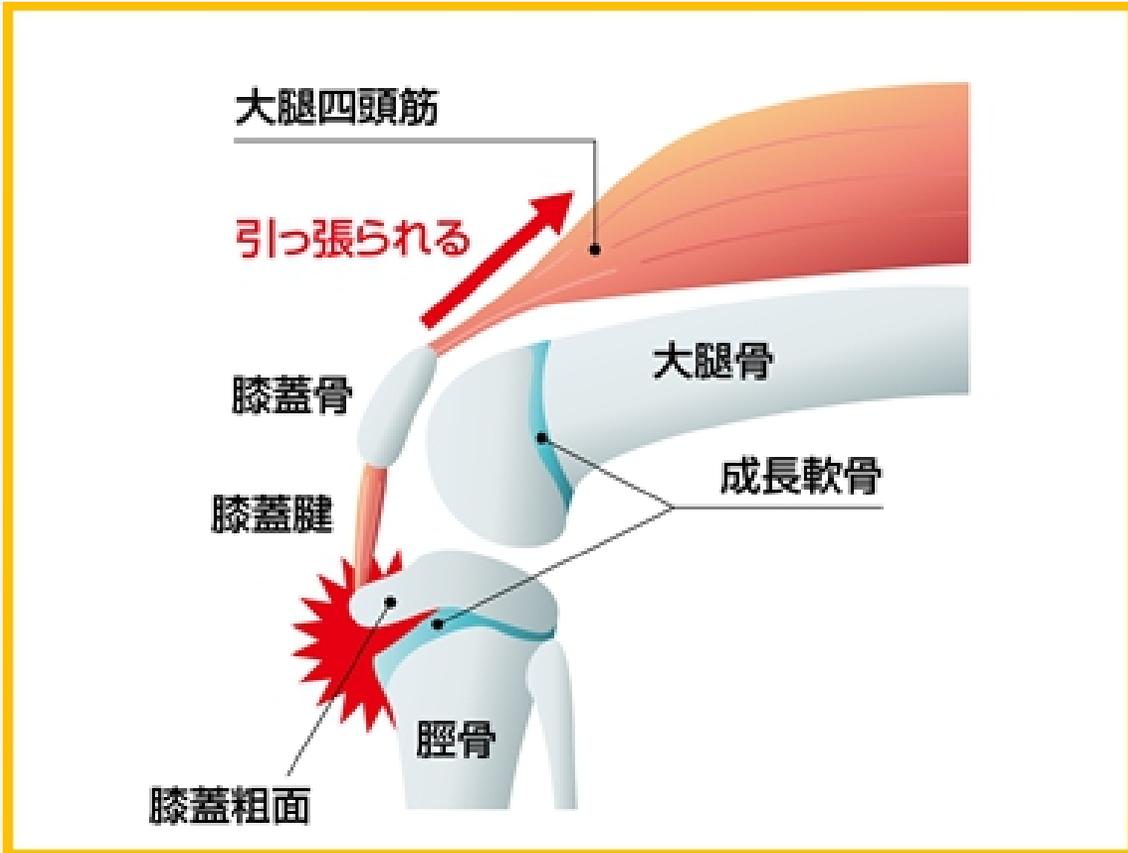


# オスグッド病について



# オスグッド病とは…



太ももの前にある筋肉(大腿四頭筋)が膝のお皿(膝蓋骨)を經由して、膝を伸ばそうとする時に発生します。

成長しきっていないお皿の下にある脛の骨(脛骨粗面)を引っ張りすぎることによって、成長軟骨に負担がかかり痛みや腫れが出る疾患です。



# 症状と原因…

成長期（10代前半）に発生しやすく、骨の成長に対して筋肉の柔軟性が低いと、脛骨粗面への引っ張る力（牽引力）が増大するためオスグッド病が発生すると考えられています。

そのため、「成長痛」と間違われることがあり、そのまま放置され痛みが長引いたり、症状が悪化する例も見られます。

サッカーやバスケット、バレーといったジャンプやダッシュ、キック動作など膝の曲げ伸ばしが多いスポーツで起こりやすく、練習量が多いなど運動のやり過ぎ（over use）でも発生しやすいです。



# 診察

医師の問診、視診、触診により膝のお皿の下にある骨（脛骨粗面）の状態を確認。

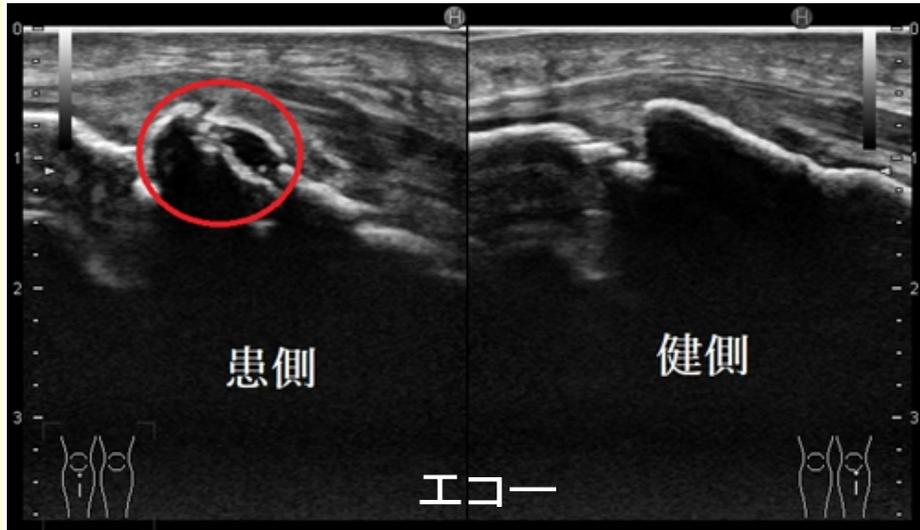


レントゲン



CT

- ・ どのような時、どのような動作で痛みが出るか
- ・ 脛骨粗面が突き出ているか（隆起しているか）
- ・ 押さえた時の痛み（圧痛）
- ・ 腫れや熱を持っているか



患側

健側

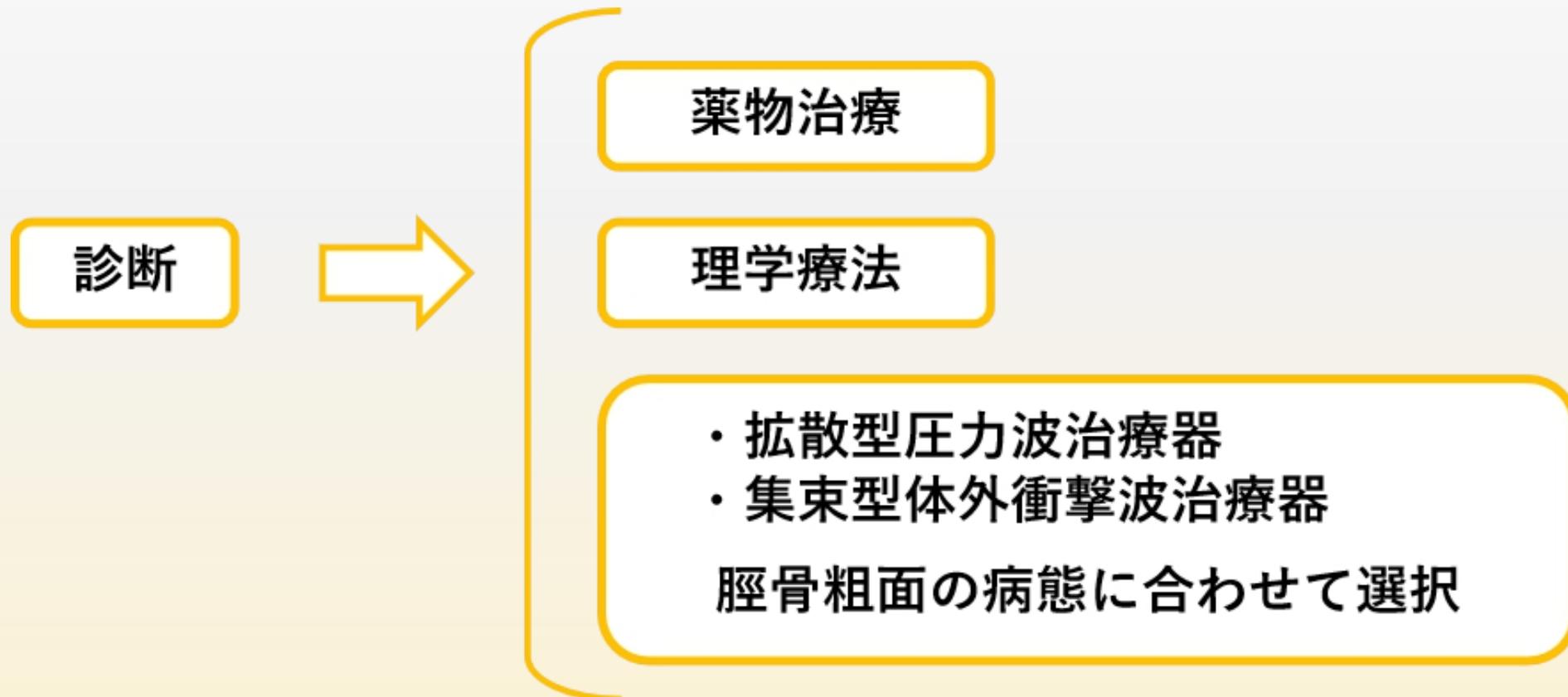
エコー

単純X線検査（レントゲン）、超音波検査（エコー）CT検査などを用いて、どの程度剥離しているか、または裂離がないかなど詳しい状態を診ていきます。



治療法には体外衝撃波、理学療法、薬物療法、装具療法、手術などがあります。

## 当院での治療の流れ



# 体外衝撃波治療

お皿の下にある骨（脛骨粗面）の状態に合わせて拡散型圧力波治療器、集束型体外衝撃波治療器を使い、痛みの軽減、またはそれ以上骨がはがれない（剥離）ようにしていきます。

集束型体外衝撃波治療器は自由診療となります。オスグッド病の場合4000発照射しますので、費用は8,800円となります。

週1回の頻度で2～3回照射し経過を観察していきます。

(※自験例の研究データは「当院でのオスグッド病に対する研究報告」に記載しています)



# 理学療法

オスグッド病の基本的な治療としては「患部を休めること（安静）」ですが、症状を悪化させない為には体の柔軟性が重要です。

太ももの前の筋肉（大腿四頭筋）が硬くなることで、発症しやすくなります。マッサージやストレッチで柔軟性を高めていきます。



# 理学療法

太ももの裏（ハムストリングス）、  
ふくらはぎ（下腿三頭筋）の硬さもある  
場合は、一緒に下肢全体の柔軟性を高め  
ていきます。

さらに個々人のスポーツ特性や環境に  
合わせてリハビリ（理学療法）を行って  
いきます。



# 薬物療法

薬物には一般的に消炎鎮痛剤や湿布薬が使われます。

# 装具療法

痛みが長引く場合、脛骨粗面にかかるストレスを軽減するために、オスグッド病専用のサポーター（オスグッドバンド）を装着することで痛みの軽減を図ります。

# 手術

上記の治療でも治らずスポーツ活動や日常生活に支障をきたす場合、脛骨粗面の骨が突き出ている部分に存在する骨片を摘出します。そのため、手術の適応になる前に、適切な治療が必要です。

その場合、専門医へ紹介します。

