



<https://printo.it/pediatric-rheumatology/JP/intro>

四肢痛症候群

版 2016

8. 膝蓋大腿疼痛症候群 - ひざの痛み

8.1 どんな病気ですか？

膝蓋大腿疼痛症候群(PFPS)は、小児の最も良くあるOveruse (使いすぎ) 症候群です。これは、反復的な動きや持続する運動による傷害が、体の特定の部分、特に関節と腱に生じたもので、小児より成人(テニス肘、ゴルフ肘、手根管症候群など)に良く起こります。

PFPSは膝蓋大腿関節(膝蓋骨と大腿骨)に過剰な負担がかかることによって、膝の前側の痛みとして出現します。

ひざの痛みが膝蓋骨の関節軟骨の変化を伴っている場合は、「膝蓋骨の軟骨軟化症」あるいは「膝蓋軟骨軟化症」といった医学用語が使われます。

PFPSには他にも多彩な別名が存在します；膝蓋大腿症候群、前膝痛など。

8.2 頻度は？

8歳までの小児にはまれですが、女子に多く、思春期には頻度が増加します。O脚やX脚など膝が曲がっている場合や、膝蓋骨がずれたり不安定になる病気の子どもにも良く発症します。

8.3 主な症状は？

特徴的な症状は、走ったり階段の昇り降り、しゃがんだり跳んだりすると悪化する膝前部の痛みです。膝を曲げて長時間正座しても悪化します。

8.4 診断は？

健康な子どものPFPSは臨床診断で診断します。臨床検査や画像診断は必要ではありません。痛みは、膝蓋骨が圧迫されたり、大腿四頭筋が拘縮して膝蓋骨の上方への動きが制限されることで、再出現します。

8.5 治療は？

関連疾患(膝の角度異常や膝蓋骨の不安定性など)のない子どもであれば、その殆どのPFPSは自然に消失する良性の疾患です。痛みでスポーツや日常活動に支障が出る場合は、大腿四頭筋の

強化プログラムを始めることが役立つかもしれません。また、冷湿布が運動後の痛みを和らげるかもしれません。

8.6日常生活は？

患児は普通の生活を送るべきです。痛みのでないように、身体運動の程度を調節し、非常に活発な子どもでは膝のサポーターを使っても良いでしょう。