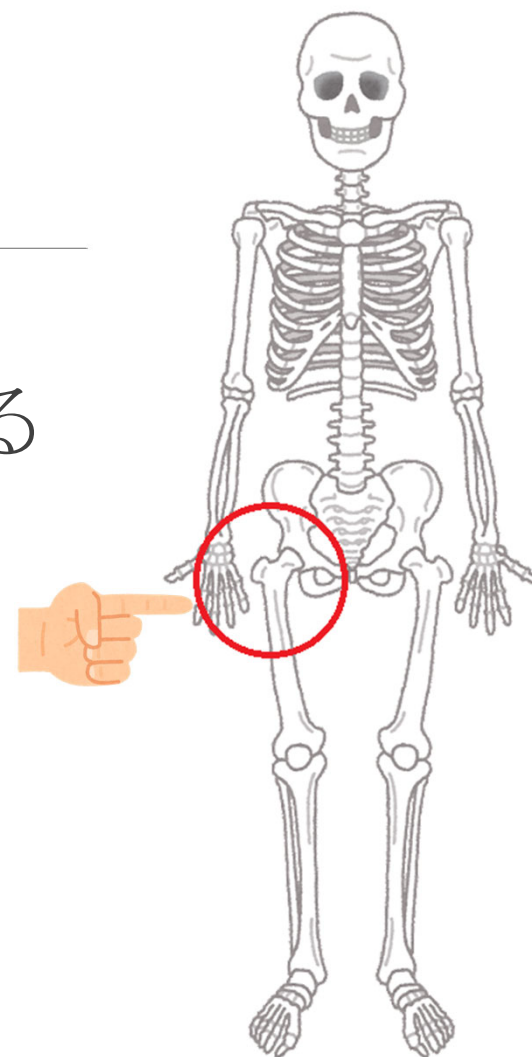


だいたいこつきんいぶこっせつ
大腿骨近位部骨折

大腿骨近位部骨折とは

転んだり強い衝撃を受けた時に生じる
足の付け根の大腿骨骨折のことです



症状

歩くと足の付け根が痛い

立つことが出来ない

足の付け根の周りが腫れる

足の付け根が痛くて動けない

どういう人に起こるの？

高齢者

女性

骨が弱い人(骨粗鬆症)

筋肉が弱い人

よく転ぶ人

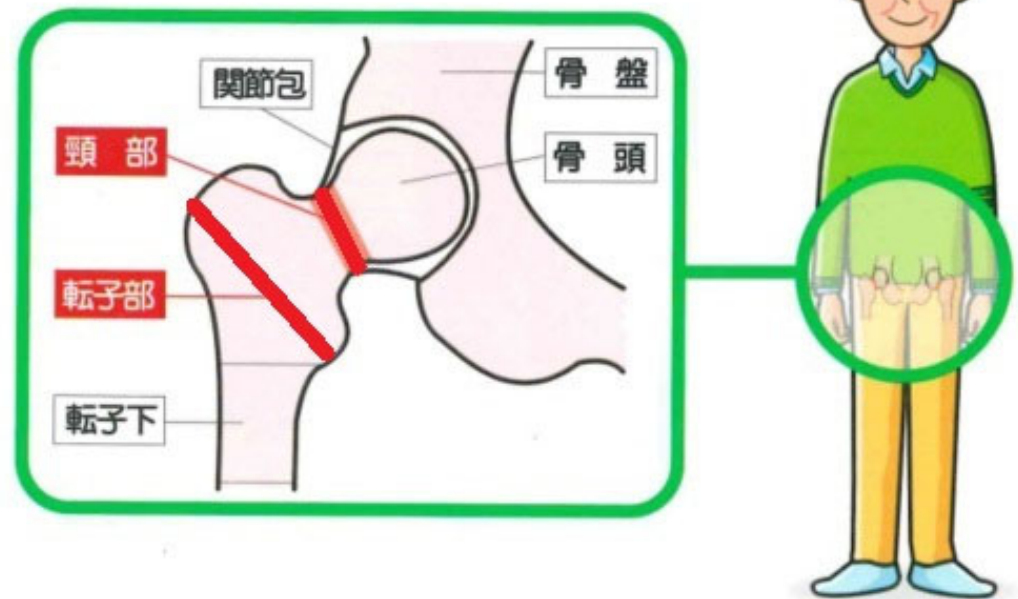


原因

転倒し股関節を強く打つと大腿骨近位部分(頸部・転子部)が折れてしまいます

頸部で折れると⇒**大腿骨頸部骨折**

転子部で折れると⇒**大腿骨転子部骨折**



大腿骨頸部骨折の特徴

骨折をすると、骨膜が損傷されて痛みを引き起こします。

しかし頸部には骨膜がないため痛みが少ない場合もあります。

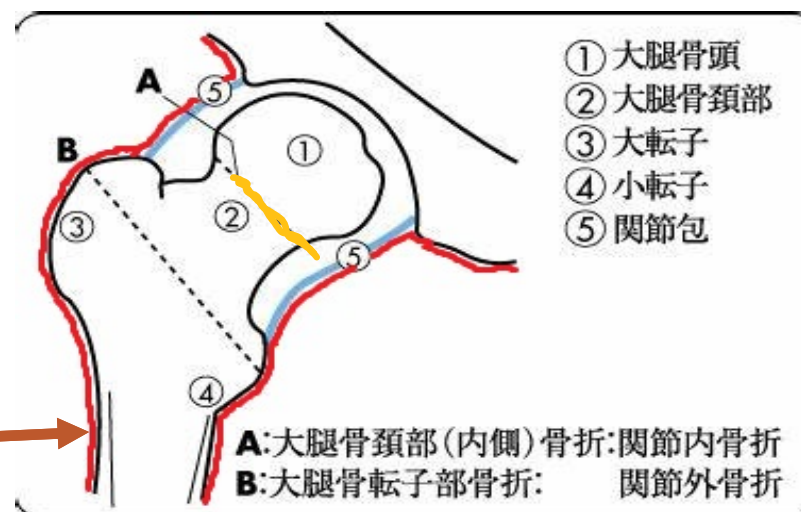
血液循環が悪く、治りにくい。

合併症がある(偽関節・骨頭壊死)

偽関節⇒骨折した骨がくっつかない

骨頭壊死⇒血流低下により骨が壊死してダメになります

骨膜

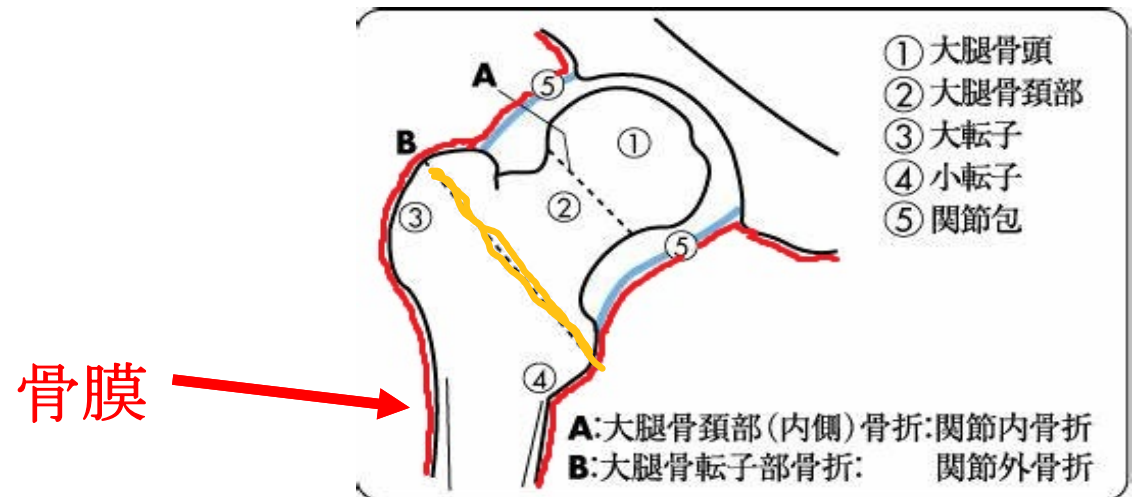


大腿骨転子部骨折の特徴

骨膜が存在する部分で折れるため強い痛みがある。

しかし栄養供給する骨膜が存在するため比較的治りやすい。

内出血が多く、腫れやすい。



治療法

手術療法

寝たきりを防ぎ早く社会復帰が出来るように、ほとんどの大腿骨近位部骨折で手術療法を行います。

保存療法(手術をしないで治療する)

歩行不能や寝たきりになる場合が多く、あまり適応されません。

リハビリの流れ

早期の座位、立位



荷重訓練



歩行訓練



在宅生活に向けた日常生活動作訓練

(段差歩行、トイレ動作、入浴動作、床からの立ち上がり動作訓練)



ならないために

杖や歩行器を使用する

転ばないように筋力をつける

床に物を置かない・段差を解消する(住宅改修)

骨粗鬆症の治療を受ける



自宅で寝て出来る筋力トレーニング



足曲げ運動 10回



足伸ばし運動10回

注意

それぞれ痛みの範囲内で

自宅で座って出来る筋力トレーニング



足上げ運動10回



タオルはさみ運動10回

注意

それぞれ痛みの範囲内で

自宅で立って出来る筋力トレーニング



足広げ運動10回

スクワット×10回

注意

それぞれ痛みの範囲内で