

まつくり院長通信

「ランナーのためのランニング障害SOS」や「交通事故治療ナビ」についてはまつくりホームページで提供中です！ 詳しくは、まつだ整形で検索！

今週の花・言・葉

✿ クジャクヒバ

忍耐

✿ サンキライ

不屈の精神

✿ 鷹の爪

旧友

✿ 松かさ

不老長寿



松田院長からあなたへ 耳より情報！！

■ 膝関節の水は抜くとクセになる？！

膝関節が痛くて当院を受診される方は少なくありません。その際、こんな会話が繰り広げられます。

私：〇〇さん。お膝に水がたまっていますね。あまり困るようであれば水を抜きますよ。もちろん、必ずしも抜く必要はありませんが。

〇〇さん：先生。水は抜かないで下さい。だって、水を抜くとクセになると聞きましたよ。△△さんから聞きました。

■ 膝関節にたまる水の正体とは？

では膝にたまる水とはなんのでしょうか？この水といわれているのは「関節液」といって、普段から膝関節の中に存在しています。そして主な役割は1. **膝関節がスムーズに動くための潤滑油**になること。2. **膝関節の軟骨に栄養を与える**こと。ですから、水＝関節液は膝にとって重要な役割をしていることがわかります。

■ 水がたまっている状態とは？

この関節液が関節内に過剰に存在するのが「**水がたまっている状態**」です。関節内にある滑膜が関節液を生産していますが、この**滑膜が何らかの刺激により炎症を起こすと水がたまる**わけです。

★ 院長よりメッセージ

関節液を抜いても、滑膜の炎症が改善されなければ、再度たまります。水を抜くからクセになるは都市伝説と言えますね（^^ 必要に応じて抜くことも治療です（^^