



森田病院副院長 整形外科 森田保彦先生に聞きました！

① 痛みがひどく骨折が疑いますが、放っておいても大丈夫ですか？

骨は自然治癒しますが、正しい位置に整復せずに放っておくと、骨が変形し 関節が動かなくなってしまうため、整形外科を受診し正しく治療しましょう。



② 骨折した骨はどれくらいで治りますか？

子供と大人では期間は異なります。

子供では、修復が早く、1～2週間くらいで骨がくっつき始めるため、一般的にギプス等の外固定は3～4週間程度で十分です。

大人では、3～4週間くらいで骨がくっつきはじめるため、一般的にギプス等の外固定は4週間超必要になります。どちらもギプス後の状態によりますが、 関節が硬い場合は、リハビリテーションの必要があります。

③ 骨折の痛みはどれくらい続きますか？

骨の痛みを感じるのは負傷後 10～20 日前後、長い方でも 1 カ月程度で 痛みは落ち着いてくる人が多いです。その後も痛みが続く人は、筋肉や神経などの損傷を伴っていることが多いです。

ギプス等の外固定、鎮痛薬、貼付剤、

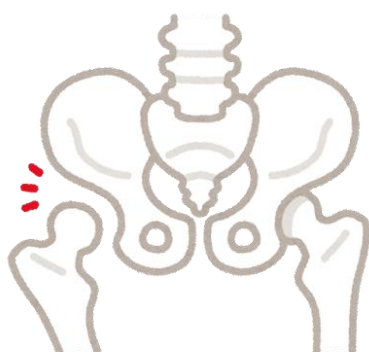
リハビリテーション等で疼痛をコントロールします。



④ 骨折したところを無理に動かしたらどうなりますか？

無理に動かすことで骨折部や周囲の筋肉や靭帯の損傷が広がり、治りが遅くなります。

疼痛、腫れ、関節の変形などの後遺症が残ることもあるので、安静・固定が基本になります。



⑤ 骨折したら運動はしない方がいいですか？

骨折の療養中でも、骨折部の固定を保ちながら体を動かした方が良いです。よく動くことで全身の血行が良くなり骨の治癒が促進されたり、筋力低下を予防することができます。

⑥ 骨折したらタバコ・お酒は禁止ですか？

アルコールはカルシウムの吸収を妨げる作用があり、回復に影響すると言われています。また、アルコールは血流を良くし、骨折部の炎症を悪化させるため、お酒は控えましょう。喫煙も患部の血流量が少なくなり、骨粗鬆症のリスクを高めるだけでなく、骨折してから治るまでの期間も長引かせるため、治療中は禁煙が不可欠です。

⑦ 骨折したらお風呂は入らない方がいいですか？

骨折の受傷直後は体を温めると炎症が強くなるため、痛みが悪化します。

禁止ではないですが、身体を拭いたりシャワーで汗を流す程度にしておいた方がいいでしょう。

⑧ 骨折したらどのくらいの入院が必要ですか？

骨折部位や年齢にもよりますが、足の骨であれば約 1 か月程度の入院することが多いです。



⑨ 骨折後、手術した場合としない場合では、どれくらい治療期間に差がでますか？

負傷した箇所にもよりますが、手術した場合、ギプス等で固定している期間を短くできるので、手術しない場合より約2～3週間早く運動を開始できます。また、社会復帰も早くなります。



⑩ 手術後に骨が修復された後は、中に入っている金具は取った方が良いですか？

近年の金具（インプラント）は、チタン製のものが多く、体内の親和性が非常に高いため、体に害はありません。しかし、骨折の部位により違和感や疼痛が残ることがあり、金属を抜いたほうが良い場合もあります。整形外科医師にご相談ください。

⑪ 手術後の痛みはどれくらい続きますか？

手術後の痛みは、傷口の炎症による痛みが多いため、10～20日前後で痛みが落ち着くことが多いです。

