

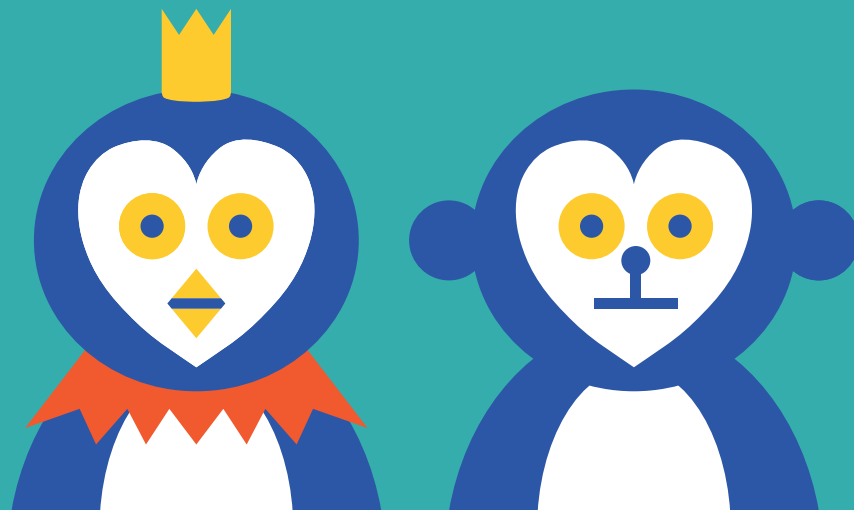


ひざを打つような
“ひざPON!” 情報を
お届け!



『ひざの悩みトリサル委員会』特設サイト
hizanonayami-torisaru.com

ひ
ざ
の
悩
み



ト
リ
サ
ル
?

ひざの痛み まるわかり ガイドブック

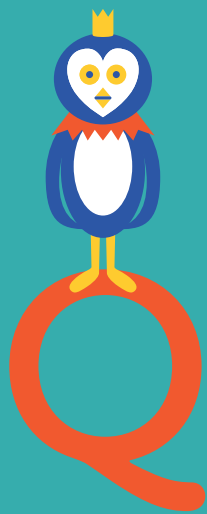
ひざの悩みは、 みんなの悩み。

実はいま、40歳以上の2人に1人が
ひざの痛み予備軍と言われています*。
あなたは、どうですか？

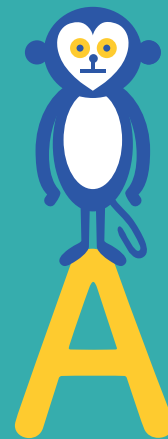


* 日本整形外科学会監修「変形性膝関節症診療ガイドライン2023」参照

年をとると
ひざが痛くなるのは
どうして？



主な原因はこの2つ
関節の経年劣化と
自己修復力の低下



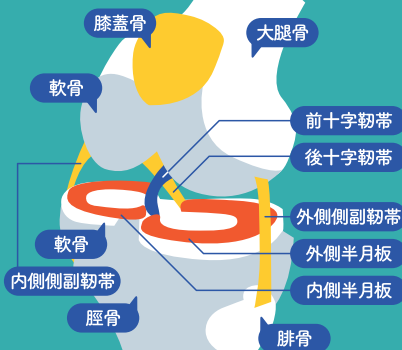
カラダの中でも特に負荷がかかりやすい部位。
それが、ひざです。

歩くだけでも、ひざへの負荷は**体重の2～3倍**。さらに、**平均寿命が延びた**ことで、より長い期間にわたって、ひざの健康を維持することが求められる時代です。

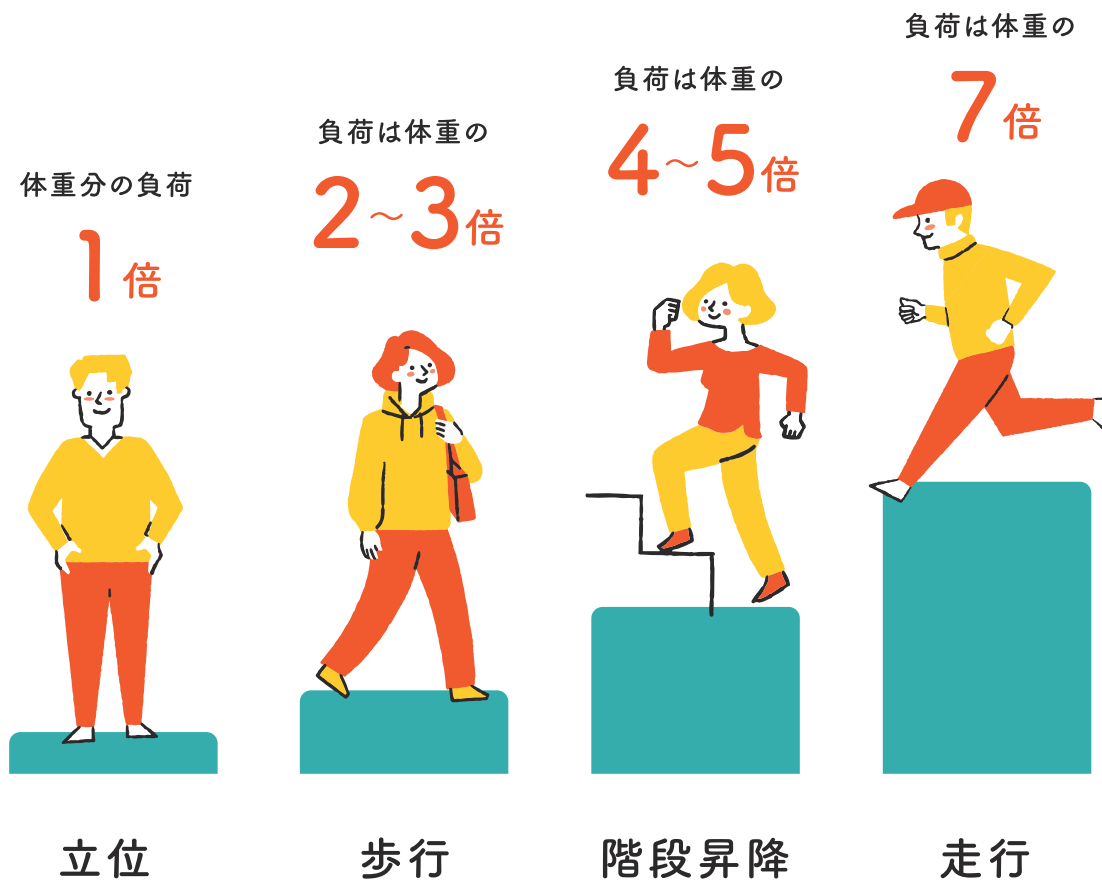
トリサル豆知識 1

あっちが痛い、こっちも痛い。
連鎖するひざの痛み。

筋肉量の低下で軟骨が**摩耗**しやすくなったり、半月板の**クッション性**が減ったり、外傷等によって**ズレ**が生じたり——。
加齢とともに、さまざまなところから劣化が進みます。



さまざまな部位が運動して機能しているためその構造も複雑です



年齢とともに「^{かんさいぼう}幹細胞が老化・減少」とすると、
カラダの自己修復力が低下します。

自己修復力とは、人が本来備えている“自分で自分を治す力”のこと。
加齢に伴って幹細胞が老化し減少するとこの機能が低下し、ひざの痛みにつながってしまうのです。

トリサル豆知識 2



そもそも「幹細胞」ってどんなもの？

人間は、数十兆個という途方もない数の細胞から
できています。絶えず新しい細胞と入れ替わることで
生命を維持しており、その新しい細胞は、以下の
2つの能力を持つ幹細胞から生み出されています。



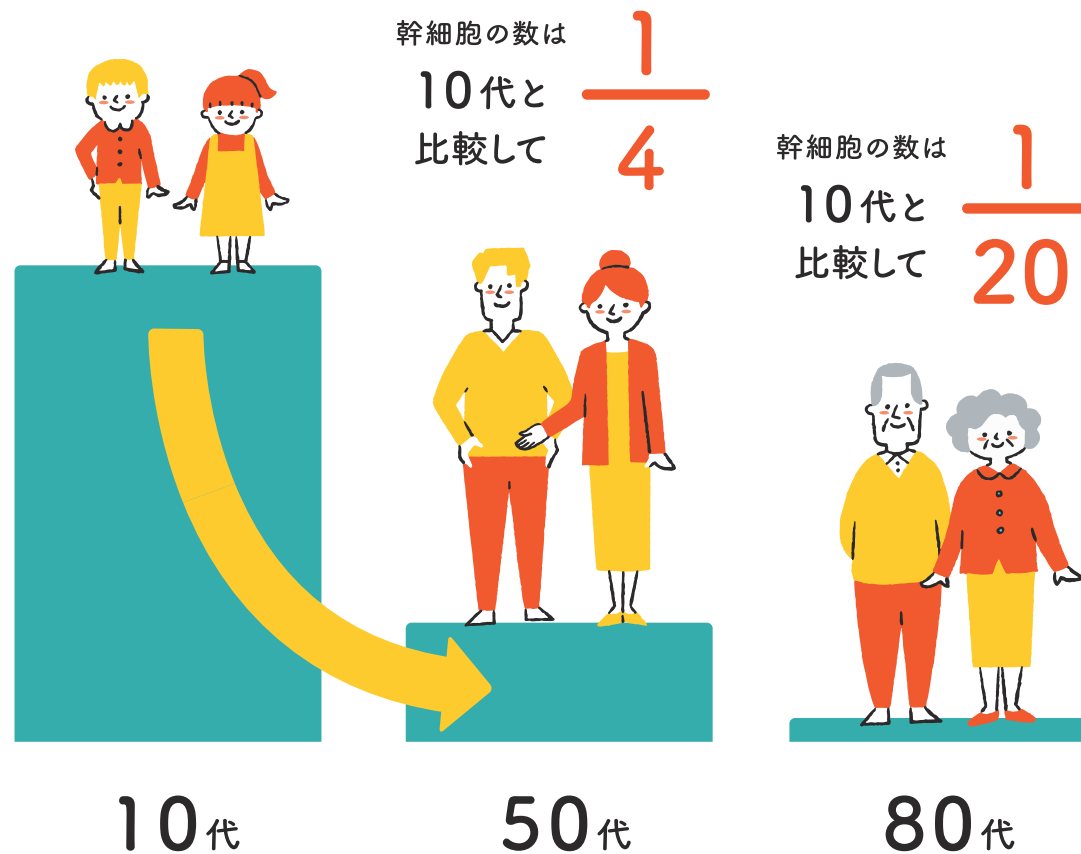
年齢を重ねるとケガが治りにくくなるのも、このような幹細胞の老化が原因です。

分化能

骨・筋肉・血管など別の細胞に“変身する”能力

自己複製能

細胞自身が自分の“分身を作る”能力



関節の経年劣化や自己修復力の低下などによって

ひざに痛みが生じ、徐々に関節の変形を引き起こす疾患。

それが――

変形性 ひざ関節症

変形性ひざ関節症は
主にこんな症状です。

動き始めや
立ち上がる時に
痛む

ひざが
こわばる

ひざに
水がたまる

階段の
昇降で痛む

正座が
しにくい

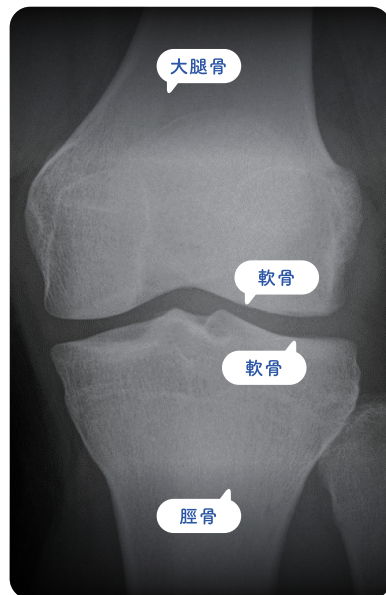
じっとして
いても痛む

歩行困難

曲げ伸ばしが
困難



変形性ひざ関節症は**進行性**の疾患 関節内のクッションの役割を果たす軟骨がすり減り、徐々に変形していきます。

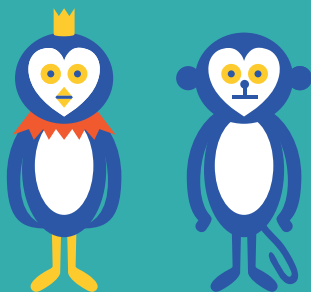


正常なひざ



変形性ひざ関節症

変形性ひざ関節症は
こんなところに
注意しよう



気づきにくい点に注意！

ひざ軟骨には神経が通っていないため、軟骨がすり減っても初期には痛みを感じにくい疾患です。違和感があっても加齢による自然な変化と見過ごされがちで、初めて医療機関を受診した時にはすでに症状が進行していた…というケースも少なくありません。



痛みや違和感を放っておくと、短期間で進行してしまうことも…

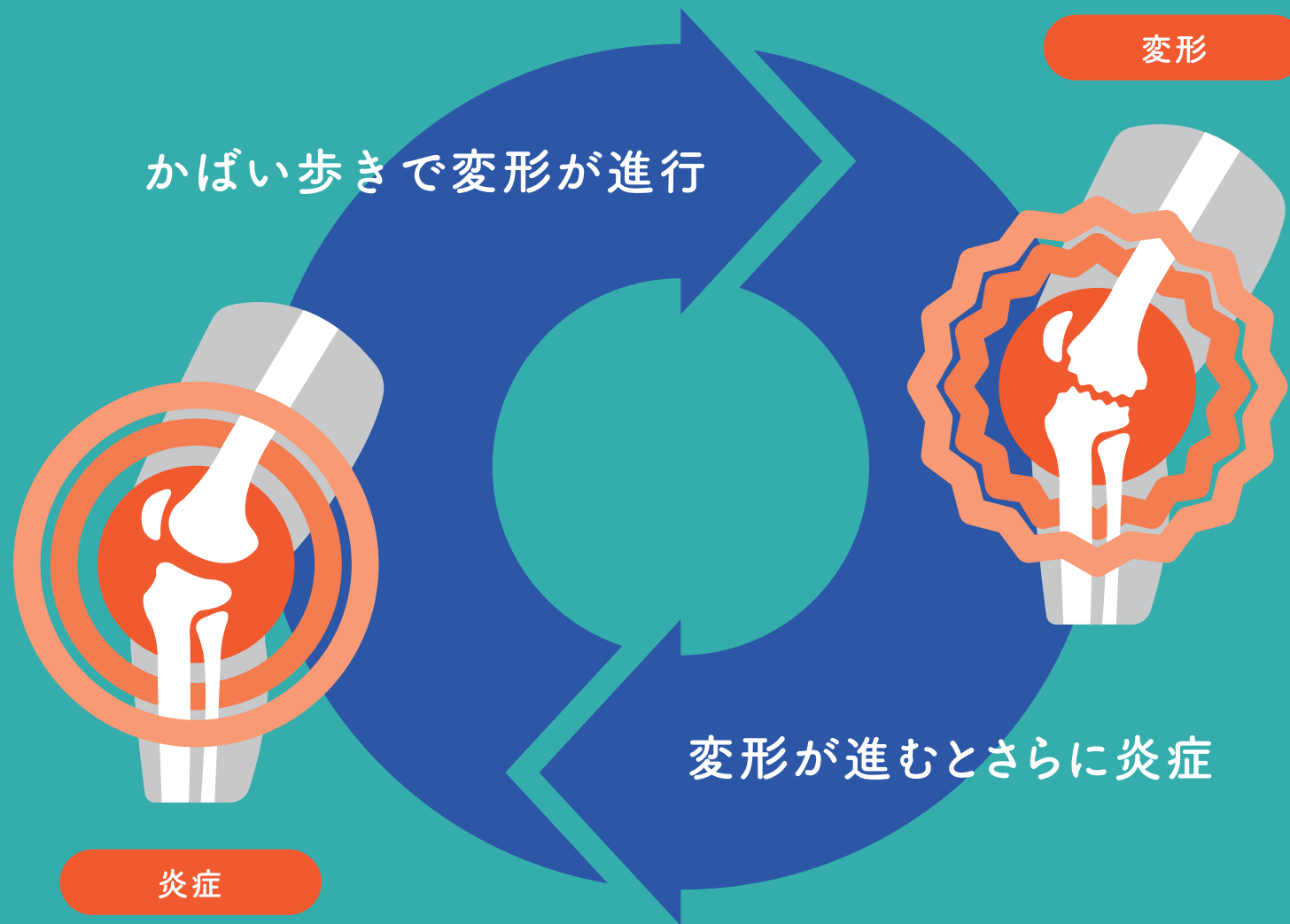
進行性である点に注意！

症状があらわれ始めると、あっというまに進行してしまうこともある不可逆性の疾患です。変形が進むと、悪化するスピードがより加速する可能性も。痛みがあるのに我慢や放置していると、最終的には歩けなくなってしまうこともあるため、注意が必要です。



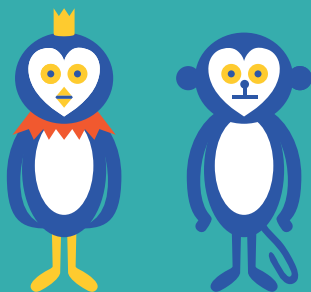
症状が 進行しやすい原因は、 炎症と変形の悪循環

この悪循環を断ち切ることが、
改善へのカギになります。



変形性ひざ関節症ってどんな疾患？

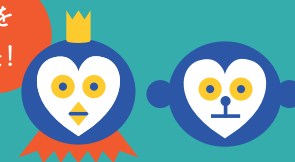
変形性ひざ関節症に
ならない、進行させないためには
**予防に加えて早期の発見と
治療が大切！**



40歳以上の方は注目！

／ 今日から意識したい
3つのコト ／

それが悩みを
トリサル秘訣！



筋トレと減量で体型の維持

ひざへの負荷軽減のために、筋力の維持と体重管理を。

X線やMRI検査の積極的な受検

すこしでも違和感があったら、ひざの状態をチェック！

バイオセラピーで細胞に元気をチャージ

老化に負けないように自己修復力を補うことも選択肢ひとつ。

いま、どんな選択肢がある？

変形性ひざ関節症の 治療法を知ろう

変形性ひざ関節症は、新しい治療法も増え、うまくつきあっていける疾患です。炎症を抑えるには「薬物療法」や「バイオセラピー」、変形を矯正するには「外科療法」などご自身の症状に合わせて治療を選択し、必要に応じて組み合わせることが重要です。

症状の進行度／生活習慣／年齢／体型
などを考慮してあなたに合った選択を



炎症

1

薬物療法

2

バイオ
セラピー

保存的なアプローチで
炎症を抑えて進行を抑制



変形

3

外科療法

侵襲的なアプローチで
関節機能を改善

炎症を抑える2つの対処的治療法

軟骨を保護し、関節の動きをなめらかにする

「ヒアルロン酸注射」

ひざ関節の“潤滑油”の役割を果たしている関節液。

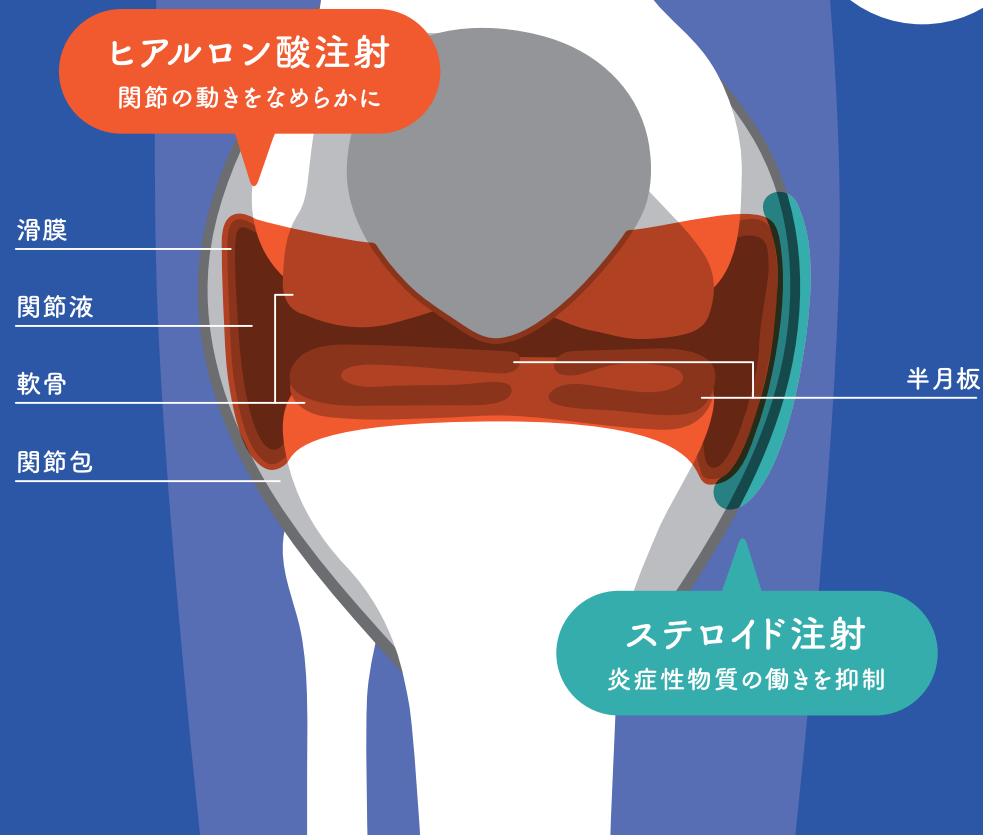
その主成分であるヒアルロン酸を補うことで軟骨を保護し、関節の動きをなめらかにして炎症を軽減します。

薬剤によって炎症性物質の働きを抑える

「ステロイド注射」

抗炎症作用と短期的な除痛が期待できる薬剤です。強い痛みがある場合に有効な手段である一方で、軟骨損傷などを引き起こす可能性があるため、くりかえし投与することや長期におよぶ使用は推奨されていません。

1 薬物療法



“あなた由来”の成分で 幹細胞に元気をチャージ！

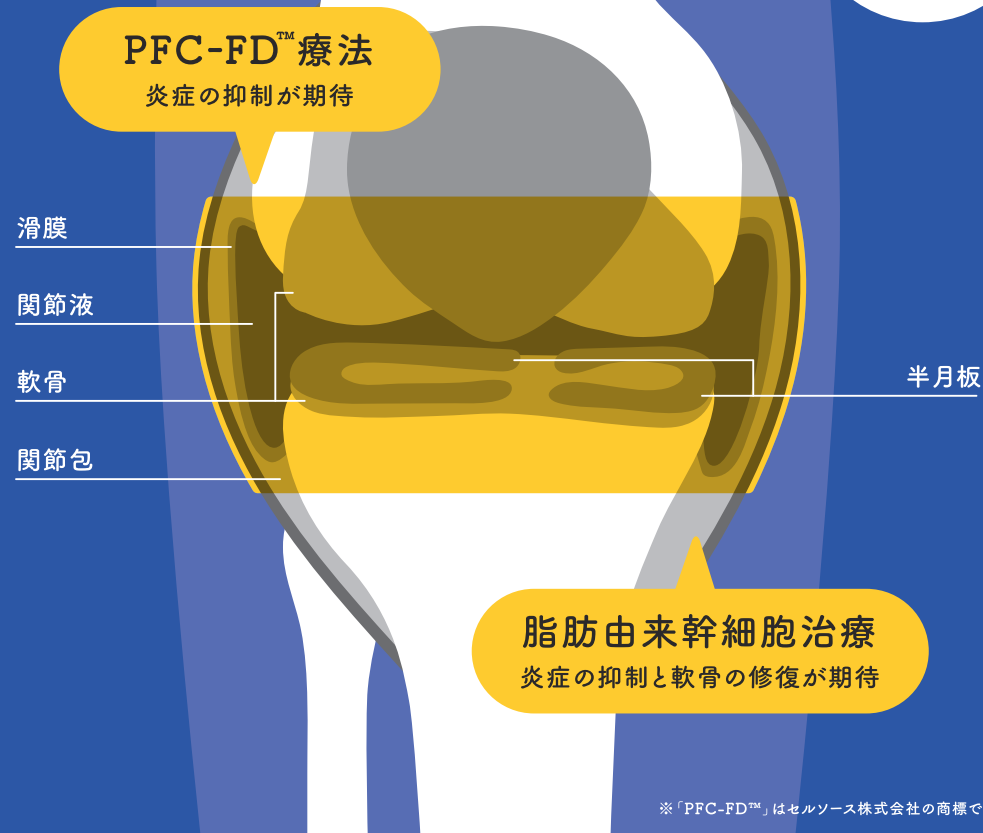
老化した幹細胞に働きかけて自己修復力を引き出す 「バイオセラピー」

人が本来備えている「自己修復力」に着目した治療法。それが、バイオセラピーです。
薬物療法とは異なり自己由来の成分を活用するため副作用等のリスクが低いことが特徴。さらに、幹細胞自体を活性化させることで、持続的な効果が期待されています。
中でも脂肪由来幹細胞治療は、補充された幹細胞の働きにより、軟骨の修復を促進する効果も期待されています。

1 成長因子のチカラで、幹細胞を元気に「PFC-FD™療法」

2 幹細胞を補充し、そして元気に「脂肪由来幹細胞治療」

2
バイオ
セラピー



※「PFC-FD™」はセルソース株式会社の商標です。

バイオセラピーの働きを知ろう！

がんばる幹細胞 劇場

ひざの痛みの原因のひとつ、「幹細胞の老化」。じゃあ、ひざの中では何が起きているの？
そのとき、バイオセラピーはどう助けてくれるの？炎症に立ち向かう“幹細胞ちゃん”の
奮闘ストーリーをお届けします！ ※あくまでイメージです

炎症があるって言われても
仲間も減っちゃったし、
もう力が出ないよ…

老化

ひざの中の老化した幹細胞ちゃん

成長
因子

を投与

PFC-FD™ 療法の場合

成長
因子

老化

ヨシ！これでまた
がんばれるぞ

1

「成長因子」をもらって元気いっぱい



よいしょっと！

2

炎症を抑える本来の働きを強化！



を投与

脂肪由来幹細胞治療の場合

一緒に
がんばろう！

老化

1

元気な「幹細胞」が補充されて働きをサポート



せーの！

せーの！

2

補充された幹細胞と協力して炎症を抑える働きを強化！
さらに軟骨の修復を促進する可能性も

※「PFC-FD™」はセルソース株式会社の商標です。

バイオセラピーの特徴と注意点

ご自身の血液または脂肪を用いた“オーダーメイドの治療法”であることに加え、カラダへの負担が少ないことが大きな特徴です。

特 徴



- ✓ カラダへの負担が少ない
- ✓ 投与後の活動制限がほとんどない
- ✓ アレルギー反応等のリスクが低い

注 意 点



- ✓ 治療効果に個人差がある
- ✓ 注射による一般的な副作用が起こる可能性がある
- ✓ 保険適用外である

成長因子を投与する PFC-FD™ 療法の場合

採血



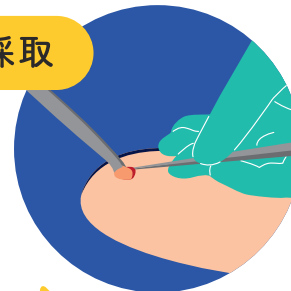
約3週間後

投与



幹細胞を投与する 脂肪由来幹細胞治療の場合

脂肪採取



腹部などから
少量の
脂肪を採取

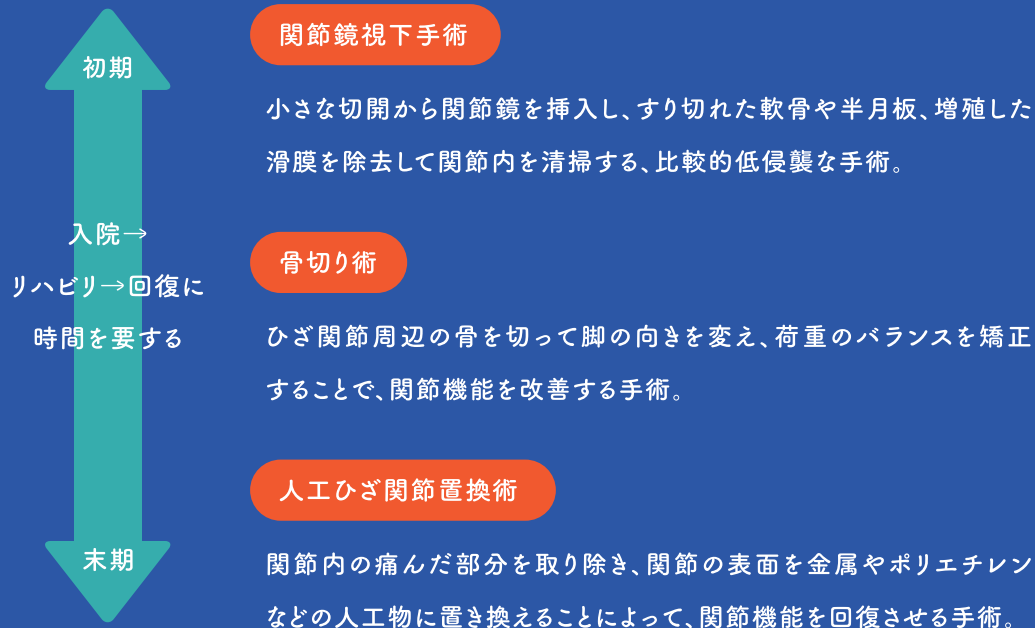
約6週間後

治療のながれ

どちらの治療法も、採血または脂肪採取したのち、専門機関で加工後に、ひざに注射で投与するだけの簡便なものです。

治療の詳細は、医師やスタッフにお問い合わせください。※「PFC-FD™」はセルソース株式会社の商標です。

外科療法にもさまざまあり、 変形の進行度に応じた選択が大切



ひざの悩みに、バイバイしよう。

ひざ治療はいま、選択の幅が広がっています。

だからこそ、痛みを我慢しないでください。

すこしでも違和感があったら、すぐに整形外科の先生に相談を。

それこそが、ひざの悩みをトリサル秘訣です。

さあ、人生100年時代を、健やかに楽しく歩んでいきましょう。

