

## 2. 手術のタイミング

**対象** 中・高齢者（30代後半～膝年齢70歳）  
中等度の変形性膝関節症（0脚）  
活動性が高い

### 骨切り（オステオトミー）のタイミング

#### 日常生活で痛い

起床時から膝痛で憂鬱  
膝痛で外出したくない  
階段が下りられない

1か月以上続く

#### スポーツ・レク活動で痛い

膝痛のためスポーツ・レクリエーション  
活動が継続できない  
3ヶ月以上続く