



### 【医学用語解説】

タナとは膝蓋骨(お皿)の前内側にある滑膜(関節の内張り)のシワで、滑膜ヒダとも言います。これを関節鏡で覗いた際、物を載せる棚に見えることからこのニックネームが付けました。スポーツの overuse や関節柔軟性の欠如等で、これが大腿骨内顆関節面で擦れ、部分的な滑膜炎が起こります。タナの大きさ(幅)は人によって異なり、大きい人のほうがタナ障害になりやすいとされています。長年の経過で厚く硬くなったタナは膝蓋・大腿関節に挟まりやすく、click(関節の音)が見られるため、半月板障害とよく間違われます。

ほとんどが保存的に治りますが、まれに鏡視下に切除することもあります。