

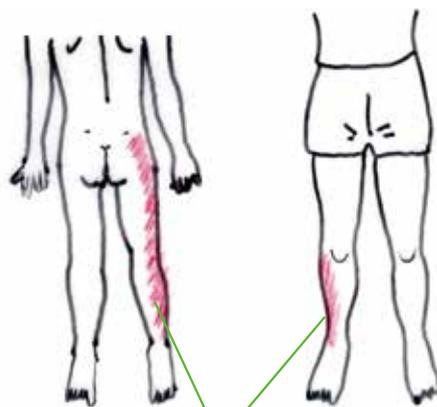
脊椎領域の疾患

整形外科部長兼診療放射線科部長

向山 啓二郎

整形外科の向山啓二郎です。7月にこちらの病院に来る前は信州大学病院の整形外科で脊椎疾患⇨背骨の病気を中心に診療にあたっておりました。この「きずな」では今回から12回にわたって、「せぼねの病気」について紹介をしていきたいと思っています。

背骨の病気としてよくある症状に「腰痛」と「肩こり」があります。これらの症状は有訴者率（体を感じる症状として持っている人の割合）が男女ともに1位、2位であり、大変な数の患者さんがおられます。また、肩こりや、腰痛と一緒に起こる手や足のしびれや痛み、歩きづらさに苦しんでいる方も多いのではないかと思います。これらの症状は原因がよく特定できないこともあります。しかし原因が分かかって、適切に対処すれば症状を軽くできるものもあります。私たちはこれらの原因をできるだけ明らかにし、適切な治療を開始できるように努めていきます。今回は腰痛や足の痛みしびれの原因として代表的な「腰椎椎間板ヘルニア」を紹介します。



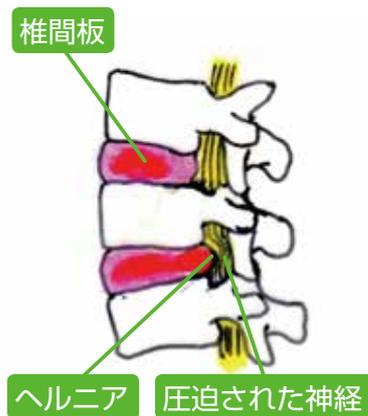
このあたりが痛み、痺れることが多い

椎間板は背骨と背骨の間にあり、クッションの役割をしている軟骨ですが、その一部の髄核と呼ばれる部分が椎間板から飛び出たものがヘルニアです。椎間板が破たんして飛び出すことで、腰の痛みの原因となり、また、ヘルニアが背骨の中を通っている神経にあたって圧迫が加わるとお尻や下肢にしびれや痛みをひき起こします。体質



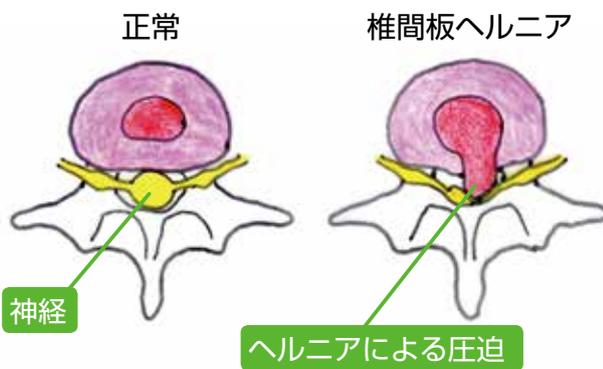
たり、下肢を伸ばしたままにして挙上するとお尻や下肢に痛みを生じます。ほとんどの場合、MRIで診断がつきます。

治療は保存治療（手術をしない方法）で痛みがよくなるのがほとんどです。腰椎の安静やコルセット、



にもよりますが、悪い姿勢で作業や運動をすることで出やすくなります。また、喫煙者にも多いことも知られています。腰かけているとお尻や下肢が痛くなっ

漏らす、残尿感がひどい）が出た場合には早めの手術が必要な場合もあります。麻痺や排尿障害が悪くなりきつてしまうと手術をしても手遅れになることもあるからです。手術はその時の症状やヘルニアの部位、大きさ、形にもよりますが、可能な限り内視鏡による小さな傷で体へのダメージが少ない方法で行うようにしています。このような症状でお困りでしたら整形外科にご相談ください。



飲み薬で様子を見ますが、痛みが強いときにはブロック注射（神経の周りに痛みどめの麻酔や炎症止めの薬を注射します）を行うこともあります。一番痛いときから3か月くらいでよくなることが多いです。しかし、それでは痛みがよくなる場合、あるいは神経症状が悪くなり、痛みに加えて麻痺症状（下肢の力が入らない）や、排尿障害（勢いが無い、出しにくい、