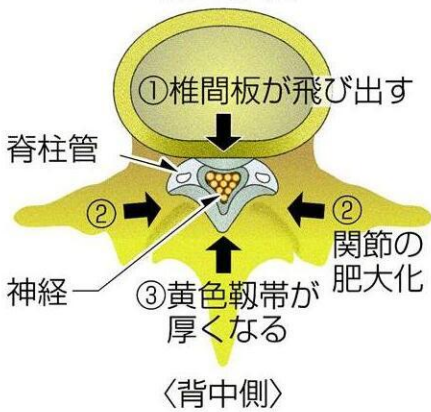




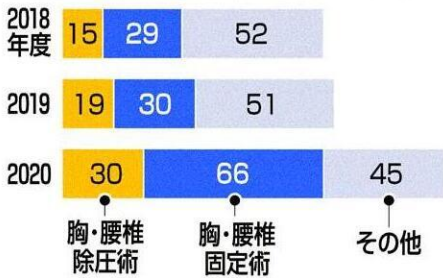
江口英人医師

山梨県立中央病院整形外科部長の江口英人医師は「健康寿命を延ばすことにつながる」と受診の大切さを訴える。

### きょうさく 腰部脊柱管狭窄症 〈おなか側〉



### 山梨県立中央病院 脊椎手術件数の推移



# 医療最前線 症状に潜む

県立中央病院から

〈227〉

## 痛み、しびれ治療で緩和 腰部脊柱管狭窄症 高齢者多く

歩いていて、下半身に痛みやしびれが出る場合、「実は腰に原因があった」ということがある。腰部脊柱管狭窄症と呼ばれる病気で、脊髄や神経の通り道である脊柱管が狭くなることで起こる。治療を受ければ痛みを緩和でき、

歩いている。一つ一つの椎骨には背中側に穴があり、トンネル（脊柱管）を形成。この脊柱管に神経（脊髄）が通っている。

したりすることが要因。ぐらぐらと不安定になった椎骨の関節が肥大化して起きることもある。

返すようになる。問題は、痛みやしびれから外出を控えるようになり、体力の低下を引き起こしてしまつことだ。運動機能の衰えを示す「ロコモティブシンドローム（運動器症候群）」の3大要因の一つとも言われていて、江口医師は「寝たきりや介護の予防のため、治療して改善することが大切にな

腰部脊柱管狭窄症は脊柱管が狭くなることで神経を圧迫してしまう状態を指す。管が狭くなるのは、加齢により付加する「黄色靱帯」が分厚くなることと症状が治まるため、前かがみの休息と歩行を繰り返して改善することが大切になる。

る」と強調する。痛みが比較的少ない場合は痛み止めや血流を改善する薬などを用いる。生活に支障が出るほどになると、肥大した黄色靱帯や骨などを取り除く「除圧術」を実施。不安定な椎骨があれば、周囲の椎骨と固定する「固定術」を行う。江口医師によると、国内の推定有病者数は580万人。高齢者の10人に1人以上が腰部脊柱管狭窄症とも言われているという。同院でも2020年度に141件の脊椎手術を実施していて、このうち除圧術は30件、固定術は66件となっている。

江口医師は「自然治癒が難しく、症状が進んで神経に深刻なダメージがあると手術をしても歩行障害が残ることがある」と指摘。「痛みやしびれを我慢してしまう高齢者も多い。よりよい生活を維持するためにまずは検査を受けてほしい」と呼び掛ける。

Ⅱ第2、4木曜日に掲載します