

腰や膝の痛み、しびれ…我慢しないで専門医に相談を！

「腰部脊柱管狭窄症」

中高年に多い、腰痛や足のしびれや痛み、歩行困難などの症状。「もう年だから…」と自己判断は禁物。50代以上の方であれば、「腰部脊柱管狭窄症」が疑われます。成尾整形外科病院の成尾理事長に、症状や治療法などについて伺いました。

特徴的な症状は間欠性跛行(はこづき)

——最近よく耳にする「腰部脊柱管狭窄症」。

推定患者数は約240万人とも言われていますね。

成尾 整形外科を受診する中高年や高齢者の患者さんで、腰痛や足痛に悩んでいる方は非常に多いです。

特に高齢化に伴い、「腰部脊柱管狭窄症」が増加。

この病気は加齢による脊椎(せきつひ)骨の変形で、腰部の骨の中にある神経の通り道である「脊柱管(せきちゅうかん)」が細くなり、神経やその周りの血管を圧迫されることが原因でおきます。

——症状は？

成尾 主な症状は、腰や足の痛み、しびれ、脱力感など。

なかでも、最も特徴的な症状が間欠性跛行(はこづき)です。

立ってすべや、歩き始めは何ともののに、長い時間歩いていると足腰がだんだん痛くなったりしびれてきます。

しかし、少し座って休むと症状が治まり、また歩けるようになるという症状です。

これは歩くときに体を伸ばすと脊柱管が狭くなり、神経や血管への圧迫が強くなり、体が曲げると脊柱管が広くなり神経や血管への圧迫が弱まる為。たとえば、カートや自転車なら移動できるというのもその理由です。

そういう症状が見られたら、早めに医師に相談することをお薦めします。

——具体的な治療法は？

成尾 まず、保存的治療方法を試みます。

鎮痛剤や血流をよくする薬の内服を行い、痛みが強い場合はブロック注射を併用します。

薬物療法以外にも、家庭でできる簡単な運動やストレッチ、日常の姿勢の指導など、生活上の注意点もお伝えします。患者さんによって治療法は異なるので、診察と検査で正確に病気を診断することが大切です。

改善がなければ手術の選択肢

——改善がない場合は？

成尾 通常の治療を2〜3ヵ月経ても改善がみられない方は手術を検討します。

足に力が入らない(筋力低下)、排尿・排便障害が出てきた場合には、長時間放置すると回復しないため、早期の手術が必要となります。

手術の内容は、脊柱管をひろげて神経への圧迫を取り除く手術で、1ヵ所の狭窄で約1時間ほどになります。

当院では、顕微鏡や内視鏡を使った低侵襲手術を行います。

昔に比べて傷口が半分程度で済みますので、術後の痛みが軽減できます。手術の翌日にはリハビリを開始し、数日以内に歩くことができます。入院期間は2〜3週間ですが、1週間程でも退院は可能です。

私たちは、今までなかなか治らなかった患者さんや、痛みに苦しんでいる方の、「再び自分の足で元気に歩きたい」という思いをできるだけかなえて差し上げたいと思い日々治療を行っています。

この病気は、放っておくと改善が難しくなる事もあります。自己判断せずに、自覚症状がある方は、早めに地域の専門医にご相談下さい。

こんな症状はありませんか？

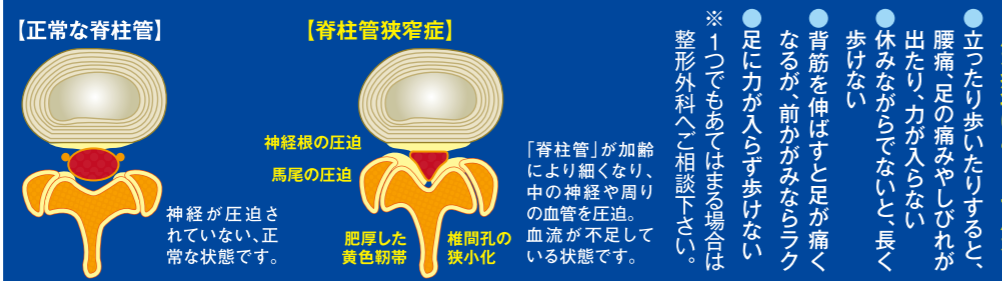
● 立ったり歩いたりすると、腰痛、足の痛みやしびれが出たり、力が入らない

● 休みながらでないと、長く歩けない

● 背筋を伸ばすと足が痛くなるが、前かがみならラク

● 足に力が入らず歩けない

※1つでもあてはまる場合は整形外科へご相談下さい。



成尾整形外科病院 成尾 政一郎 理事長 プロフィール 平成7年久留米大学卒、医学博士。専門は整形外科(脊椎脊髄疾患)。日本整形外科学会認定整形外科専門医、同脊椎脊髄病医等