

## 腰部脊柱管狭窄症について

鹿山整形外科医院 副院長  
鹿山 富生 先生

数年前、ある有名テレビ番組司会者が腰部脊柱管狭窄症の手術を受け話題になったのを覚えている方も多いと思います。歩き始めは何ともないのに途中から太ももからふくらはぎにかけてしびれや痛みが起こり、腰掛けたり前かがみで休むとまた歩けるようになる、または自転車ならどこまででも行けるとかスーパーの買い物カートなどを押していれば大丈夫など、こんな症状はありませんか。これは間欠性跛行といって腰部脊柱管狭窄症に特徴的な症状です。

脳から出た脊髄は脊柱管という背骨の中の管を通り、腰のところで馬尾という神経の束になります。脊髄のずれ(すべり症)や骨のトゲ、椎間板の出っ張り、靭帯の肥厚などで馬尾神経が圧迫され、神経の血流が低下し間欠性跛行が起こります。腰を伸ばすと脊柱管が狭くなり神経が圧迫されますが、曲げると広がって神経の圧迫が緩むので症状は改善し楽に歩けるようになります。

60代以上の方で上記の訴えがあればまず腰部脊柱管狭窄症を疑い、神経学的な診察の上でレントゲンやMRI検査を参考に診断します。しかし足に行く血管が詰まって起こる閉塞性動脈硬化症という病気でも似たような症状が起こるので、区別するためには足に行く血管の触診と血流をみる器械による検査が欠かせません。

治療は腰を反らせるような姿勢を取らないように心掛けること、そのためにつえや手押し車を使うこと。軽度前かがみの姿勢を保つ専用のコルセットの装着も良いでしょう。痛みに対しては痛み止めの飲み薬や神経ブロックなどの注射があります。脊髄の血行を改善する飲み薬や点滴の治療も有効です。また脊髄の可動性を改善するため運動器リハビリテーションも良い治療法です。しかし歩行距離が極端に短くなったり排尿排便障害が出た場合は、早めに手術を行った方が良いと思います。

上記の症状でお困りの方は早めに整形外科にかかることをお勧めします。