

シリーズ第40話

間欠性跛行シリーズその① 腰部脊柱管狭窄症

かんけつせいはいこう
間欠性跛行とは...
あまり連続では歩けなくなり、
休み休みでしか歩けない状態の
こと。



市民病院 リハビリ科
部長医師 樋下田 稔 昭

「歩くとき腰が痛くなり足がしびれるけれど、腰掛けて前かがみになり、1〜2分休むと、また歩けるようになる」「自転車なら、いくらでも楽にこげる」「手押し車を押ししたり、杖を突くと楽に歩ける」「しゃがむと足が楽になる」...

こんな症状があったら、腰部脊柱管狭窄症かもしれません。

腰部脊柱管狭窄症という病名、皆さんは聞き慣れないと思いますが、わが国では高齢化に伴い患者さんが増えています。最近、テレビ司会者の「みのもんだ」さんが手術を受けて知名度がグッと上がりました。腰部脊柱管狭窄症とは、脊柱管が腰椎症性変化(加齢による変化)によって狭められ、脊柱管内に存在する馬

尾(腰部の神経の集まり)や、腰神経根が圧迫されて起こる疾患です。この疾患の状態は、広い部屋で快適な生活を送っていた方が、年々家具や家電、調度品などが増え、部屋が狭くなると圧迫感や不快感を訴えるのと同じく似ています。

中高齢者に多く、腰痛やお尻の痛み、足先にびびく痛み、しびれなどの症状を訴えられます。特徴的な症状としては、間欠性跛行(数十〜数百メートル歩くと足に痛みやしびれが現れ、休憩を必要とする状態)があります。なお、腰部脊柱管狭窄症の間欠性跛行は、しゃがみ込むと改善します。同じ間欠性跛行でも、閉塞性動脈硬化症など血行障害によっておこるものは、し

やがみ込まず立ち止まっただけで症状が改善します。間欠性跛行が神経性(腰部脊柱管狭窄症)によるものか、血行性閉塞性動脈硬化症)によるものかの見極めが大切です。

診断は問診や診察所見、レントゲン所見(脊柱管が狭い状態)などを総合して確定します。中にはほかの疾患との見極めのためにMRIや脊髓造影法などが必要となる場合もあります。この腰部脊柱管狭窄症は、手術をしない保存的治療法が原則になっています。まず、安静にしてください。日常生活動作の注意点を指導します。また、症状によっては装具療法としてコルセットを着用していただくこともあります。

痛みの緩和には、非ステロイド系抗炎症剤やビタミンB製剤、筋弛緩剤を処方し、リハビリテーションとして腰椎牽引療法場合同により牽引することで症状が憎悪することがありますので注意が必要です)や温熱療法を行い、腰部のストレッチングや筋力強化訓練を指導します(特に腹筋の強化が大切です)。頑固な痛みの場合には、神経ブロック療法(麻酔などの注射療法)を行います。

これらの保存的治療で症状が改善されない場合には、手術を検討します。手術方法は一般的に、各種の病巣部除圧術(神経の圧迫を取り除く手術)を行います。

腰部脊柱管狭窄症かもしれない、もしくは、すでに腰部脊柱管狭窄症でお悩みの方は、お気軽に専門外来までご相談ください。