

(有)静岡健康企画 ことぶき薬局 TEL055(977)6024 たまち薬局 TEL054(251)1678
 ひまわり薬局TEL053(463)4312 みかん薬局TEL053(584)2230 いちご薬局TEL055(946)6430

腰痛のタイプについて

年齢を重ねるにつれて腰痛に悩まされている方は多いと思います。そこで、今回は、画像診断による腰痛の分類と、腰部脊柱管狭窄症の種類について説明します。

I 画像診断できる腰痛

① 腰椎の変形や炎症が原因となる腰痛

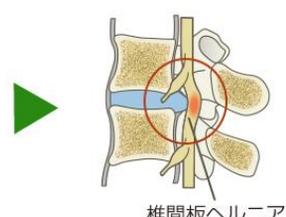
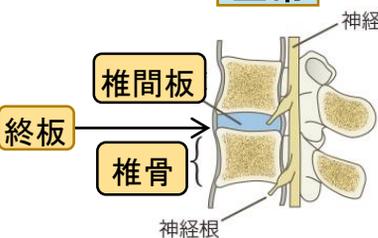
<p>椎間板 (ついかんばん) ヘルニア</p>	<p>20～40歳代の若い世代に多くみられます。 椎骨と椎骨の間には椎間板という軟骨があり、椎骨どうしがぶつかるのを防ぐクッションの役目をしています。この椎間板にひびが入り、椎間板の内部にあるゼリー状の組織が飛び出して神経を圧迫し、炎症が起こるのが、椎間板ヘルニアです。 腰痛とともにお尻から脚にかけての痺れや痛みが起こります。 前かがみの姿勢では症状が強くなるのが特徴です。</p>
<p>腰部 脊柱管狭窄 (せきちゅうかん きょうさく) 症</p>	<p>多くは40歳代後半から発症し、高齢になるほど起こりやすくなります。 脊柱管が変形して狭くなり、その中を通る神経が圧迫されるため、腰痛、お尻から脚にかけての痺れや痛みなどが起こります。 代表的な症状に、少し歩くと脚の痺れや痛みが出て歩けなくなり、しばらく休むと歩けるようになる間欠跛行(かんけつはこう)があります。 前かがみの姿勢では症状が軽く、体を反らすと強まるのが特徴です。</p>
<p>圧迫骨折</p>	<p>骨粗鬆症などが原因で椎骨が潰れ、変形し、圧迫骨折が起こります。 身長が若い時と比べ縮み、背中が丸くなっていけば、圧迫骨折の可能性ががあります。</p>
<p>終板 (しゅうばん) の障害</p>	<p>椎骨と椎間板が接している部分の軟骨を終板(しゅうばん)といいます。終板には神経や血管が多くあります。この終板にむくみが生じると神経を圧迫し、腰痛が起こります。 前かがみの姿勢だと腰痛が起こりますが、お尻から脚への痺れや痛みは起こらないのが特徴です。</p>

正常

椎間板ヘルニア

正常

脊柱管狭窄



②「がん」や「化膿性(かのうせい)脊椎炎」が原因となる腰痛
 安静にしても痛みが続きます。腰痛を軽く見ないで下さい。

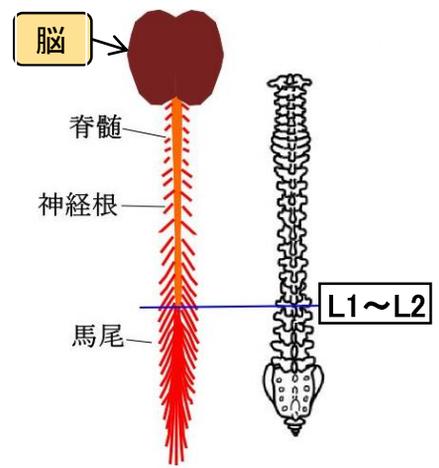
II 画像診断できない腰痛

関節や筋力の低下、心理的要因が原因となる腰痛

・椎間関節の異常、仙腸関節の異常、筋力の低下、心理的要因などがあります。

腰痛危険度チェック

①じっとしていても痛む	危険度大
②背中が曲がってきた	危険
③お尻や脚が痛む・痺れる	要注意
④脚の痺れにより長く歩けない	要注意
⑤体を動かしたときだけ腰だけ痛む	危険なし



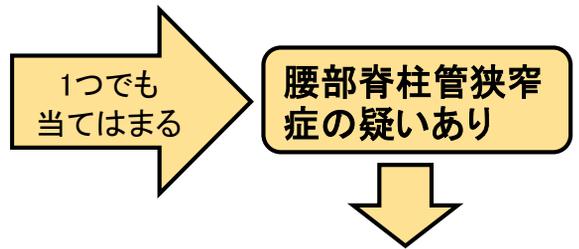
腰部脊柱管狭窄症のタイプの見分け方

腰部脊柱管狭窄症には神経根型と馬尾型の2つのタイプがあります。

- ・神経根型: 神経根が圧迫されて、神経に炎症が起こっているタイプ。多くは数年以内に自然治癒。
- ・馬尾型: 馬尾が圧迫されて、神経に炎症を起こしているタイプ。排尿障害が現れることがある。

【診断サポートツール】

- ①太もも・ふくらはぎ・すねにかけて、痺れや痛みがある。
- ②しびれや痛みはしばらく歩くと強くなり、休むと楽になる。
- ③しばらく立っているだけで、痺れや痛みがある。
- ④前かがみになると、しびれや痛みは楽になる。



「馬尾型」の可能性あり
★受診を勧めます



- ⑤しびれがあるが、痛みはない。
- ⑥しびれや痛みが、脚の両側にある。
- ⑦両足の裏側にしびれがある。
- ⑧お尻の周りにしびれがある。
- ⑨お尻の周りにほてりが出る。
- ⑩歩くと尿が出そうになる。

「神経根型」の可能性あり



薬物療法

薬の種類	効果
プロスタグランジンE1製剤 (リマプロストアルファデクス)	血流を改善する。
非ステロイド抗炎症剤 (ロキソプロフェン、セレコックスなど)	神経根型による痛みを和らげる。
神経障害性疼痛治療薬 (リリカ)	神経障害の痺れや痛みを軽減する。



腰痛は、腰椎の異常、がん、心的要因など、さまざまな原因が考えられます。なかには命に関わる病気が原因となっている場合もあります。また腰部脊柱管狭窄症と似た症状が現れる血管の病気もあります。“腰痛くらい”と軽く考えず、早めに医療機関を受診しましょう。