

私のカルテ

No 4 2 4

腰部脊柱管狭窄症

津島市民病院
整形外科医師

湯浅仁貴

腰部脊柱管狭窄症とは

脊髄の通り道である脊柱管や脊髄から枝分かれしていく神経の通り道である椎間孔と呼ばれる穴が狭くなり、神経を圧迫することで痛みやしびれが生じる症候群です。腰に発症することが多く、次いで首が多いです。首に起こったものは頸部脊柱管狭窄症と呼ばれます。50歳以上の発症者は10%を超えます。

症状

お尻から太もも、ふくらはぎにかけてのしびれや痛みがみられます。症状は徐々に進行していきます。また、しばらく歩くと痛みやしびれが出現したり悪化したりすることで歩くことが困難となりますが、数分間休むと症状が消えたり軽くなり、再び歩けるようになるといった神経性間欠跛行と呼ばれる症状もみられることがあります。この場合は、前屈(腰を前に曲げる)したりしゃがむ姿勢をとることにより症状がすぐに消えます。血管の閉塞が原因のものと同様に似ているため診察が必要ですが、自転車に乗っても症状が出る場合は血管が原因となっている場合が多いです。重症の場合は、おしっこや便が出にくくなったり、または漏らしてしまったりといった膀胱直腸障害という症状が出る場合があります。

原因と病態

加齢による椎体や椎間板の変性が原因となることが多いです。他に、骨の代謝異常や先天性のもの、怪我によるものなどがあります。様々な脊椎疾患により脊柱管と呼ばれる脊髄の通り道が狭くなると、神経組織を圧迫して、その部分の血流が悪くなったり、脊髄を囲んでいる脳脊髄液の流れが悪くなるため、神経が栄養不良を起こします。その結果、神経に障害が起こります。

診断

X線、CT像、MRI像などの画像検査で脊柱管に狭くなっている部分があるかを評価します。それらと病歴・症状・神経の異常な所見などを総合的に照らし合わせて診断します。

治療

まずは保存的に治療を行い、改善しない場合は手術療法を検討します。保存療法は、痛み止めやビタミン剤、筋弛緩剤などによる内服治療や、神経ブロックと呼ばれる、痛みやしびれの原因となっている神経のもとに局所麻酔薬を注射し、症状を緩和させる方法があります。また、ストレッチ・筋トレなどの運動療法や生活指導も行います。腰部脊柱管狭窄症の軽症または中等症の方のうち、半数程度は自然経過でも良好な予後が期待できるという報告もあり、まずは保存療法が第一選択となります。手術療法は、脊椎の変性した部分を削ったり、脊椎の一部を切除したりすることで、神経の圧迫を取り除き、症状を緩和させます。手術で改善する症状としない症状があるため、メリット・デメリットを考えたうえで行うかどうかを判断します。

最後に

腰部脊柱管狭窄症は急速に症状が進行することは稀であり、保存療法が効果的なことが多いですが、重症になれば麻痺や膀胱直腸障害を引き起こすことがあるため、手術が必要となることがあります。また、腰痛にはその他の原因が隠れている場合もあるため、早めの病院受診で原因を調べてもらいましょう。

