



患者さん自身が納得できる 腰痛治療をサポートしています

ふじ 原 けい じゅ
藤原 桂樹

年をとるにつれ、脊柱管が狭くなって起こる病気が「腰部脊柱管狭窄症」です

高齢者に多くみられる腰痛・坐骨神経痛の原因として、腰部脊柱管狭窄症があります。加齢による現象で背骨の中を通っている神経の管である脊柱管が狭くなることにより起こります。それではどのように脊柱管が狭くなるのでしょうか。脊柱管は骨や関節、椎間板、靭帯に囲まれています。年齢を重ねるうちに骨や関節の変形や靭帯の肥厚が起これば脊柱管が狭くなり、中の神経が圧迫されたり神経の近くを流れる血管の血流が悪くなることにより痛みやしびれが生じてきます。これが、腰部脊柱管狭窄症を起こすメカニズムです。

腰痛治療の基本は、内服薬などの保存的治療から

腰部脊柱管狭窄症の特徴的な症状に間欠跛行があります。それは、歩いていると下肢が痛んだりしびれてきたりして歩けなくなってしまいますが、少し休んでいられるうちに痛みが治まり、また歩けるようになる症状です。ただ、症状が進むにつれ、続けて歩ける距離や時間が次第に短くなってきます。休み休みでないと歩けない状態では外出もしづらくなり、とても日常生活に支障をきたします。この間欠跛行は、診察室で足腰の様子をみただけでは分らず、日頃の様子を詳しく聞く事で初めてわかってくることです。

腰部脊柱管狭窄症の治療は、できるだけ薬物療法（抗炎症薬や血行改善薬など）、神経ブロック療法、理学療法（温熱療法など）などを組み合わせた「保存療法」を行います。血流を改善して症状を緩和するプロスタグランジンE₁製剤は、間欠跛行の改善が期待できる内服薬です。30メートルくらい歩くと痛みがでてきた患者さんが「50メートル歩けるようになった」など自分自身で実際に効果を感じられることがあります。

納得できる治療法を選択しましょう

保存的治療を続けても症状が進展したり、これまでの治療で改善がみられない場合には手術を考慮することになります。

排尿障害や下肢の運動麻痺が起これば、手術以外の選択肢はありません。このような状態を「手術の絶対適応」といいます

一方、腰痛・坐骨神経痛で手術を受ける患者さんのほとんどは「今より痛みが緩和される可能性があるので手術を考えたらどうですか」というように幅のあるな

かでの選択です（手術の相対適応といいます）。患者さんからは、「生活上の支障を改善したい」「元気に旅行がしたい」など、生活の質を上げ、より日常活動を積極的なものにするために手術を選択されるケースもあります。

ただ、実際に手術することでどこまで患者さんの希望がかなえられるのか、一度治っても再発することはないのか、など手術を選択する前に、患者さん自身が自分の病状について十分に理解を深めておく必要があります。腰部脊柱管狭窄症の手術では、圧迫されていた神経が開放されると下肢へ響く坐骨神経痛は軽減しますが、老化による骨の変形などがベースとなっている腰痛は残ることがあります。私は、手術を希望される患者さんには骨や神経の状態・手術のメリット・デメリットを分かりやすく話し、患者さん自身が納得できるように心がけています。

セカンド・オピニオンを聞くことが大切です

また、患者さんの症状や生活に合わせて、どのような手術方法が適しているのか（狭くなった脊柱管を拡大する手術のみを行うか、腰椎の支持性を再建するためチタン金具を用いた固定術を追加するか）、それぞれの整形外科医がさまざまな考え方もっています。

そこで、もし、医師から手術を勧められて迷ったり躊躇することがあれば、ぜひセカンド・オピニオンを他の整形外科医に求めてください。それがご自身が納得のいく治療を受けるためにも、そして前向きな姿勢でもって私たち整形外科医と患者さんが一体となって治療効果を上げていくためにも有効な選択だと思っています。

