

脊柱管狭窄症とは、背骨の変形により、背骨の中を通る神経が圧迫されて起こる、下肢の神経痛を主な症状とする病気のことで、多くの場合、背骨の腰の部分で起こるので一般に腰部脊柱管狭窄症と呼ばれます。

背骨の変形

背骨の変形には様々な原因がありますが、最も多いのは老化現象で起こる変形です。背骨の中には脊柱管と呼ばれるトンネルのような管が通っており、この中に脊髄神経や末梢神経の根元がおさまっています。背骨に変形が起こると、この脊柱管が細くなり中におさまっている神経が圧迫を受けま

神経の圧迫と神経痛

神経が障害を受けるとその神経の先に様々な症状を引き起こします。腰を通って足へつながる神経が、腰の部分で障害を受けると下肢に痛みやしびれや麻痺などの症状を起こします。一般に神経痛と呼ばれる痛みはこのようにして起こります。腰部脊柱管狭窄症も腰の病気で、主な症状は神経痛として、脚や足に現れます。

特徴的な症状

歩いていると脚がだるくなり、長く歩けない。かがんで休むと脚のなるさがとれ、また歩くことができる。このようなことを繰り返すような歩行状態を間欠性跛行と

いい、腰部脊柱管狭窄症の最も特徴的な症状です。背筋を伸ばして立った時の姿勢が脊柱管の狭窄をより強め、かがんだり腰掛けるような腰を曲げた姿勢では脊柱管が広がるために、このような症状が起こります。そのため杖をついたり押し車や自転車を押して歩くなどして、やや前かがみの姿勢で歩くと長く歩けることが可能になります。同じ理由で腰掛けて乗る自転車には長く乗ることができません。間欠性跛行は脚の動脈硬化などの血管の病気で起こりますが、姿勢にかかわらず立ち止まれば症状が楽になる点が腰部脊柱管狭窄症と異なります。

注意すべき症状

神経の障害の程度がひどくなると生活に支障をきたすうえ、その回復も不良になります。足の症状が痛みやしびれだけでなく、知覚や運動の麻痺がある場合はより重症と考えられます。また排尿、排便の調節がしにくくなることもありこのような症状が出た場合は手術が勧められます。

腰部脊柱管狭窄症の治療

この病気は老化現象で起こるものですから、怖い病気ではありませんが完治も望めません。治療の目標は病気を治すことではなく、少しでも症状を和らげることです。また、病気と上手に付き合う方法を身につけることも重要です。

保存療法（手術以外の治療方法）
運動療法、理学療法、薬物療法、神経ブロック、装具（コルセット）療法などがありますが、最善の方法、組み合わせがあるわけではありません。自分に合った方法を主治医と一緒に模索し、気長に治療しつつ、この病気との付き合い方を上手にします。

手術療法

症状の程度がひどい場合に考慮されます。様々な手術方法がありますが、共通するのは、背骨を削り脊柱管を広げ、神経の圧迫を緩めることです。どれも病気を治す手術ではなく、症状を和らげることが目的の手術ですが手軽な手術ではありません。手術によって症状の程度が10から3になれば満足感が得られるでしょう。しかし5から3になる程度では治療効果を感じない人もいます。このような意味でこの病気の手術は、するか、しないかを決めるのに慎重さを要します。

腰部脊柱管狭窄症と診断されたら

難しい病名だからといって、この病気は得体的にしない怖い病気ではありません。ただの老化にすぎません。年を取ったから仕方がないと半分はあきらめることが、なかなか取れないこの病気の症状を軽くする最も有効な方法かもしれません。

日曜・休日に実施している医療機関

午前10:00～午後4:00

月日	場所	診療所名	科目	☎ (048)	場所	診療所名	科目	☎ (048)
2	朝霞	村山クリニック	内・循	471-1636	志木	眼科龍雲堂医院	眼	471-0200
9	朝霞	ひるま小児科クリニック	小	466-0320	新座	橋本内科クリニック	内・小・循	481-2626
16	朝霞	上野胃腸科	胃・内・放・外・皮	461-6565	新座	三須耳鼻咽喉科	耳・アレ・気管	480-1187
20	和光	和光クリニック	内・アレ・リウ	468-2115	志木	柳瀬川内科小児科医院	内・小	476-7955
23	朝霞	朝霞台クリニック	内	472-1288	新座	永弘クリニック	泌・内・外	474-3708



当番医は変更になる場合もあります。確認してからお出かけください。

3月の休日歯科応急診療所

実施日 3/2(日)・9(日)・16(日)・20(木)・23(日)
受付時間 午前9時～11時30分
場所 新座市休日歯科応急診療所（新座市保健センター）
診療料 健康保険法の規定料金（保険証を必ずお持ちください。）
問い合わせ ☎048-481-2211

救急医療のお問い合わせ

●埼玉県救急医療情報センター
☎048-824-4199
●埼玉県南西部消防本部
☎048-460-0123
小児救急電話相談
●#8000（携帯電話からも相談可能）