



## 慌てずに慎重に見極めを 腰部脊柱管狭窄症



腰部脊柱管狭窄症は安静にしている時にはほとんど症状がなく、長い距離を歩くと脚が痛くなり歩けなくなる、長時間立ったり、背中を伸ばしたりすると脚に痛みやしびれが出るなどの症状で中高年以降に多くみられる病気です。

原因は加齢や労働、スポーツなどで脊柱の骨や軟骨が変形し、背骨の後ろにある脊柱管という神経が通る管が狭くなることにより症状が現れます。ただし、脚に流れる血管が詰まっている時も似たような症状になることがありますので注意が必要です。

症状の軽いうちは自然に良くなることもあります。前かがみの姿勢で歩くだけで症状が和らぎます。しかし、進行すると目的地に着くまでに何度も立ち止まらなければならなくなったり、少し立っているだけで脚がしびれ日常生活に不便を感じる

ようになったりしたら治療が必要ですよ。

まずレントゲン検査とMRI検査で脊柱管狭窄の程度や部位を明らかにします。

治療は軽い症状ではコルセットや理学療法で改善することを期待します。脊髄周囲の血管を拡張する薬の服用も有効です。さらに症状が重い場合は神経ブロックを行うこともあります。

保存的治療を行っても日常生活に支障が出てくる場合は手術を行うこともあります。どんどん進行する病気ではないので慌てる必要はありません。脊椎専門医を受診し、慎重に考えて手術を受けましょう。