令和3年1月24日（日）読売新聞に掲載

読売新聞　（第3種郵便物認可）

病院の実力 ～山形編 152

痛みやしびれ 診断重要

腰の病気

今月は「腰の病気」を取り上げる。脊椎脊髄専門医のいる医療機関の「腰部脊柱管狭窄症」や「腰部椎間板ヘルニア」の手術実績などを掲載した。

背骨（脊椎）の中には、脳からつながる中枢神経（脊髄）が通っている。

「脊柱管狭窄症」は、加齢に伴い骨が変形するなどして神経の通り道（脊柱管）が狭くなり、神経が圧迫されて起こる。腰痛や脚の痛み、しびれ、まひなどの症状が出る。

痛み止めなどの薬や運動、コルセットなどによる保存療法が基本だが、排尿障害が起きる場合などは早期の手術が勧められる。手術法には、背骨の一部を切り取るなどして神経への圧迫を取り除く「椎弓切除術・椎弓形成術」や、骨がずれて不安定になっている場合に行う「脊椎固定術」がある。

「椎間板ヘルニア」は、背骨と背骨の間でクッションの役割をしている椎間板が飛び出して神経を圧迫する病気。20～40歳代に多い。多くは保存療法で改善するが、痛みやしびれが長引き、悪化する場合は手術を検討する。

手術と保存療法の中間的な治療として、椎間板に薬を注射しヘルニアを縮小させる「椎間板内酵素注入療法」が2018年に保険適用された。手術に比べると身体への負担は少ないが、生涯に1回しかできない。

腰痛や下半身の痛みには様々な原因があり、診断が重要だ。痛みやしびれが長引く場合は、専門医を受診したい。

気付かぬまま 症状進行

みゆき会病院
武井 寛 理事長

みゆき会病院（上山市弁天）では、専門医2人に加え、連携先の山形大医学部付属病院の医師らと治療にあたっている。問診後に、レントゲンやMRI（磁気共鳴画像）を使って骨のずれがないかを様々な角度から確認するなどし、原因を特定する。

入院患者のリハビリでは、主治医や看護師、理学療法士らが協力しながら、「痛いけどできる」ことを増やすように心がけている。痛みの原因が分からない場合は、心療内科医や精神科医に紹介するなど、患者に応じた最適な治療を施す。

腰の病気で気をつけなければならないのは、骨粗しょう症が進行して発症しやすくなる「椎体骨折」だ。

武井寛理事長は「起き上がると痛みがあるが、それ以外のときは痛みがない。そのため、気付かないまま症状が進行し、いずれは大きな手術が必要になってしまう」と警鐘を鳴らす。

椎体骨折は、転倒だけでなく、漬けもの石を持ち上げる程度の日常的な動作で起きることも。「症状が進むと、痛みが続くだけでなく、脊柱が曲がり、脊髄神経が圧迫されて下半身のしびれが発生する危険性がある」と武井理事長。

腰の病気を予防するためには、「体重を増やさない」「腰に負担がかかるような動作を避ける」などが挙げられる。冬の雪かきも、腰に負担を掛けないよう、体全体を使うようにしたい。武井理事長は「腰の病気は早期の治療がとても重要。一にも二にも専門医に相談してほしい」と呼びかける。

病院の実力「腰の病気」

医療機関別2019年手術・治療実績

（読売新聞調べ）

医療機関名	腰部脊柱管狭窄症手術（人）	うち椎弓切除術・椎弓形成術（人）	うち脊椎固定術（人）	腰部椎間板ヘルニア手術・椎間板摘出術（人）	椎間板内酵素注入療法（人）
山形					
東北中央	506	402	104	31	0
みゆき会	143	78	65	16	24
山形済生	75	72	3	59	0
山形大	21	13	8	0	1
秋田					
県立脳血管研究セ	196	189	7	63	2
大曲厚生医療セ	88	17	71	16	2
市立秋田総合	23	8	15	11	0
秋田赤十字	23	16	7	38	0
宮城					
仙台整形外科	206	205	1	153	18
将道会総合南東北	49	39	8	17	2
大崎市民	43	37	6	18	5
石巻赤十字	42	33	9	17	2
ＪＣＨＯ仙台	39	32	6	22	43
東北大	30	12	18	2	3
福島					
県立医大会津医療セ	140	60	80	77	6
竹田綜合	126	86	40	70	0
県立医大	67	53	14	20	1

「ＪＣＨＯ」は地域医療機能推進機構、「セ」はセンター

全国の調査結果は20日の「安心の設計面」に掲載しました。