

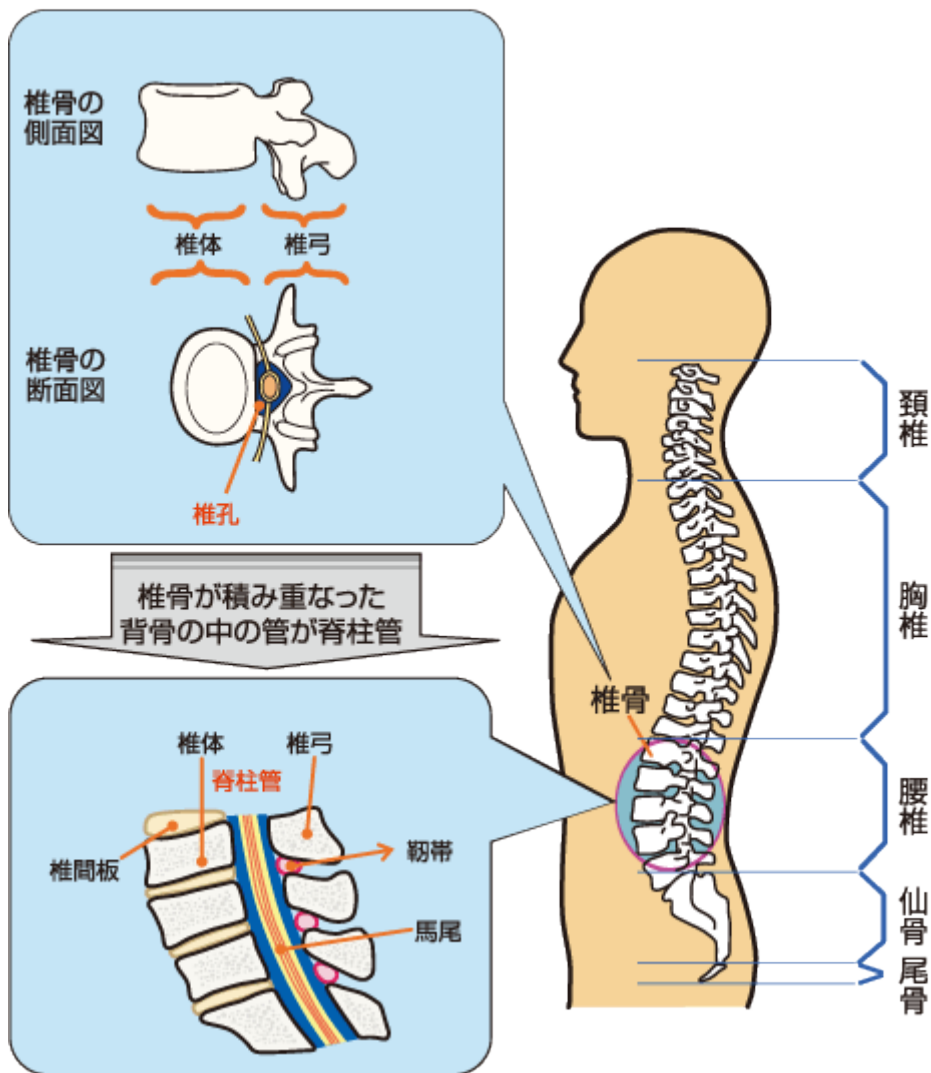
よう ぶ せき ちゅう かん きょう さく しょう

腰部脊柱管狭窄症に関するQ&A

腰部脊柱管狭窄症って、どんな病気？

定義・病型・病理の解説

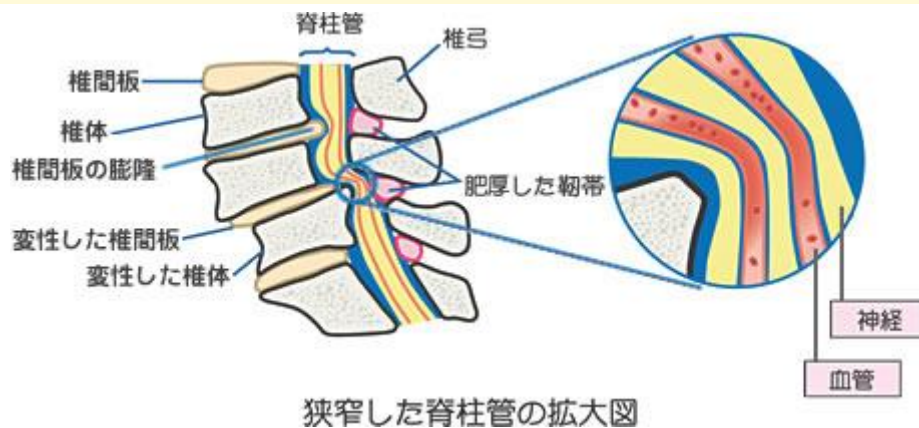
脊柱管(せきちゅうかん)とは何ですか？



背骨に囲まれた管状の空間のこと。背骨は椎骨という骨が積み重なってできています。椎骨は椎体と椎弓からなり、その間にある空間(椎孔)が積み重なってできるのが脊柱管です。脊柱管の中には神経が入っている硬膜というふくろがあります。頸椎部

と胸椎部の神経は脳から続く実質性の脊髄であり、腰椎部の神経は馬尾(ばび)と呼ばれる繊維性の神経束や血管が通っています。脊柱管はそれらの神経を守る役割があります。神経は脊柱管の中で枝分かれして体の各部へと伸びていきます。

腰部脊柱管狭窄症は、なぜ起こるのですか？



脊柱管を取り囲む椎体や椎弓の変性や靭帯(じんたい)の肥厚、椎間板の変性による膨隆、突出、つまり、脊柱管を構成する組織の変形により脊柱管が狭くなったために、脊柱管の中を通っている神経や枝分かれする神経と、神経に伴走する血管が圧迫されることで、神経が障害され、症状として腰痛や下肢のしびれなど、さまざまな不具合が起こります。

脊柱管が狭くなる原因は何ですか？

生まれつき脊柱管が狭い先天性の場合もありますが、変形性脊椎(せきつい)症による椎体の骨棘(こつきょく: 椎体外側にできる骨の棘(とげ))や、変性すべり症、椎間板の膨隆、黄色靭帯の肥厚、椎間関節の肥厚変形など、背骨に加齢に伴う変化が加わることで脊柱管の狭窄が起こります。老化現象の一つで、年をとると多かれ少なかれ脊柱管は狭くなっていきます。

なりやすいのはどんな人？

高齢の方に多くみられますが、若いときに重労働や重いものを持つ職業で無理をしたり、若いときに腰を痛めたことがある人、長時間運転する人などは加齢により、**変形性脊椎症**が起こり進行しやすく、変性すべり症は中年の女性に起こりやすいことがわかっています。それらの人は**腰部脊柱管狭窄症**になりやすいでしょう。

どんな症状があるのですか？



階段を下りるのがつらい

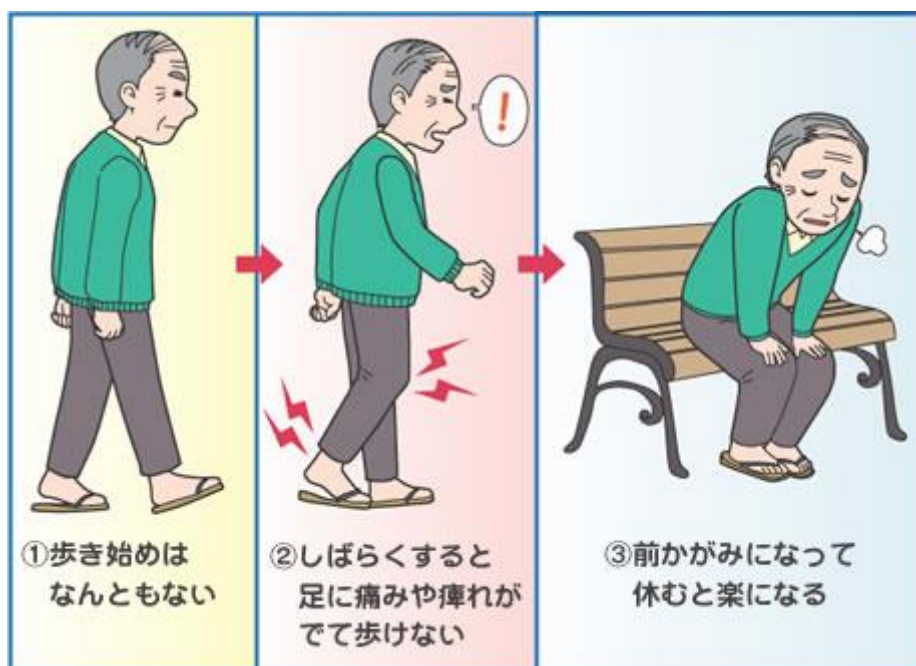
腰が痛くて

足がしびれて歩きづらい腰痛、腰の周りが重かったり、違和感、はり感

がある、などに加えて、足にしびれや痛みがある、普段はなんともないが、歩き出すと足がしびれて歩けなかったり、歩きにくくなるが、前かがみで休むとまた歩けるようになる(**間欠跛行(かんけつはこう)**)などの症状が**腰部脊柱管狭窄症**の代表的な症状です。

その症状は太ももからふくらはぎ、足の裏などに、両側に出る場合や片側だけに出る場合があります。足先が持ち上がらない、階段でつまずく、スリッパが脱げやすいなど足に力が入りにくかったりすることもあります。さらに症状が悪化すると、歩行時に尿意を催すなどの排尿障害や便秘、会陰部(えいんぶ)に灼熱感(しゃくねつかん)などの異常が起こってきます。足の症状だけで、腰痛は全くない場合もあります。

間欠跛行(かんけつはこう)とは何ですか？



安静時にはなんともない人が、ある時間歩き続けていると、足の痛みやしびれ、脱力感が強まって、歩きにくくなったり歩けなくなり、しばらく前かがみになって休むと、痛みやしびれが軽くなってまた歩けるようになる症状を間欠跛行(かんけつはこう)と言います。症状が進むと、歩ける距離がだんだん短くなって、立っているだけでも辛くなることもあります。

安静時に足のしびれや脱力感がある人が、歩くことで、これらの症状が強くなったり、反対の足にも症状がでたりして、休息で楽になる場合も間欠跛行(かんけつはこう)と言います。