

教えて！ ドクター

Q & A

Q 以前に腰部脊柱管狭窄症と診断され、ここ2年ほどは左足にもしびれがでてきています。最近ではさらに足の裏にも違和感があり、痛み止めも効かないので湿布と血流改善の薬を飲んでいますが、解決策はありますか。

A 腰部脊柱管狭窄症は、加齢などによる骨の棘間板膨隆、靭帯肥厚により、腰の神経が障害され、下肢に痛みやしびれを起こす病態です。

腰の神経は、太い部分の馬尾と、細く分かれた神経根に分類され、馬尾の障害では、両足やふくらはぎ、もの裏のしびれが生じ、歩行や立位により悪化し、排尿・排便障害が起こることもあります。神経根の障害では、その神経支配領域の痛み、しびれ、悪化すると筋力低下を起こします。本症例では、症状より両側の神経根が、馬尾の障害を疑います。

治療は、内服、リハビリ、ブロック注射などを施行し、改善しなければ、手術になることがあります。

現在の薬が効果なければ、神経障害の回復に関与するビタミンB12、神経症状に効果のあるプレガバリン、漢方薬などは、効果的なことがあります。

膜リリース、筋力トレーニングなどがあり、自宅では膝を抱えて腰を丸めるストレッチが推奨されます。

ブロック注射は、硬膜外ブロック、神経根ブロックなど障害神経に依りて使い分けます。障害された神経は、圧迫以外にも、癒着、炎症、血流障害などをおこしており、ブロック注射により改善するケースもあります。

手術は、神経圧迫を解除する除圧術が基本ですが、椎間が不安定な状態では、金属を用いた固定術を行います。歩行や立位により悪化する症状は改善が期待されませんが、常時ある足底のしびれや違和感は、手術をしても改善が難しいことがあります。

足のしびれは、腰部脊柱管狭窄症のみならず、頸部や背部での脊柱管狭窄、下肢の血流障害、糖尿病、足根管症候群などによる末梢神経障害でも生じる可能性があります。十分な問診、診察などが重要になります。まずは、近くの整形外科を受診いただき、適切な診断、治療を受けていただければと思います。

今回答えていただいた先生



平成14年琉球大学卒業。横浜市立大学附属病院や横浜南共済病院などを経て、2019年関内いしだ整形外科・脊椎クリニックを開院。医学博士、日本整形外科学会専門医、日本脊椎脊髄病学会専門医・指導医、日本骨粗しょう症学会認定医。7人の子育て、子犬のしつけにも奮闘中。

関内いしだ整形外科
脊椎クリニック
院長 石田 航

あなたの街の

病・医院 ガイド



・・・お問い合わせは 横直通 ☎052(979)1602 ...



歯科・歯科口腔外科・小児歯科・矯正歯科



ひのき 歯科
HINOKI DENTAL CLINIC

妊婦歯科検診・歯周病検診実施医療機関

かかりつけ歯科医療機能強化型
歯科診療所

横浜市西区西平沼町1-12 1F

☎045-298-6998

MINATOMIRAI EYE CLINIC 医療法人社団ライト みなとみらいアイクリニック

レーシック(近視・遠視・乱視の屈折矯正手術) 自費診療
片眼...¥195,000~¥235,000
両眼...¥380,000~¥460,000

横浜市西区みなとみらい2-3-5 クイーンズタワーC8F

☎0120-17-4455

Queen's Eye Clinic クイーンズ・アイ・クリニック

横浜市西区みなとみらい2-3-5 クイーンズタワーC4F

☎045-682-4455