



これだけは知って欲しい腰椎椎間板ヘルニア

よう っい っい かん ばん

「ヘルニア」という名前はよく聞か、実のところヘルニアって何なの？
 「整形外科 是せべ医院」院長・長谷部先生にお話をうかがいました。



長谷部 了院長プロフィール
 昭和61年、群馬大学医学部を卒業し群馬大整形外科教室に入局。済生会前橋病院では医長として手および肘の外科を専攻。平成10年「はせべ医院」を開院。日本整形外科学会専門医・日本手の外科学会会員

「腰の病気で「ヘルニア」という名をよく聞きますが、どのような病気なのでしょうか？」

長谷部 正式には「腰椎椎間板ヘルニア」と呼ばれていす。腰の骨と骨の間には椎間板と呼ばれる軟骨があり、その中心部のゼリー状の「髄核」と、その周囲の比較的硬い組織である「線維輪」とから構成されています。椎間板は水分に富み、骨と骨の間のクッションの役目を果たしています。重たいものをよく持ったり中腰で働きすぎたりすると椎間板に縦に大きな圧力が加わり、線維輪に亀裂が生じ中の髄核が外へ脱出するのです。この状態が腰に起きた場合が「腰椎椎間板ヘルニア」です。

ヘルニアは、髄核が完全に脱出する「脱出型」と髄核が脱出せずに外へ膨らむだけの「膨隆型」とに分類されます。腰の骨（腰椎）は、5つの骨とその下の仙骨から構成されますが、ヘルニアが最も発生するのは、第四腰椎と第五腰

椎の間と、第五腰椎と仙骨の間です。

「どのような症状が起こるのでしょうか？」

長谷部 症状としては、多くの場合腰痛が起こりますが、ヘルニアが後ろにある神経を圧迫すると、お尻から足にかけて響くような痛みやしびれなどの症状が出現することも多く認められ、これを「坐骨神経痛」と呼んでいます。ひどくなると知覚神経が障害されることで下肢の触っている感じが鈍くなったり、また、運動神経が障害されると下肢の筋力が低下することにもなります。よくスリッパなどが脱げやすくなるのはその為です。ヘルニアが大きいと排尿や排便を司る神経をも圧迫し、膀胱や直腸の働きに影響が現れることもあるので大変です。

「どのように診察は行われるのですか？」

長谷部 詳しく問診をした上で、知覚検査や筋力検査、反射の検査などの神経学所見をとります。どの部位でヘルニアがあるのかを推測します。坐骨神経痛を調べる検査としては、「下肢伸展挙上検査」を行います。さらにレントゲン撮影にて腰椎の状態を調べたりしますが、レントゲンでは軟骨や神経は映らないので、ヘルニアがどこまで神経を圧迫しているのか直接調べるためにMRI撮影を施行する場合もあります。

「治療はどのように行われますか？」

長谷部 安静が一番ですので、患者さんには重たい物を持つたり中腰で働く時は充分注意するようにして頂き、また夜間は睡眠を長くするように勧めます。激しく痛む場合は入院してベッド上安静が必要となることもあります。痛みをとるために痛み止めの湿布や飲み薬などが使われ、強い痛み止めとして坐薬を処方することもあります。さらに神経ブロック注射も有効です。これらは保存治療と呼ばれています。

「他に保存治療としてどんなものがありますか？」

長谷部 腰が痛くても、どうしても仕事をしなければならぬ状態では、腰部固定帯をすることで痛みを軽減することが可能です。また、慢性的に腰や下肢が痛む場合は義肢装具士にコルセットを作成してもらいます。腰椎を安定させた結果、坐骨神経痛が軽減することが多く認められます。

「保存治療が頂を奏しない場合はどうしましょう？」

長谷部 痛い強みのため、長い間日常生活に影響を与えらる場合や、排尿・排便障害を認める場合などには手術治療を考えます。手術は脊椎・脊髓の治療の専門医を病医院で紹介してもらいましょう。

椎間板ヘルニア



下肢進展挙上テスト



膝を伸ばしたまま下肢を上げると、腰部・臀部・下肢に痛み、しびれが走る

MRI検査



コルセット



代表的な軟性コルセット

取材協力
日曜診療
整形外科 はせべ医院
 高崎市井野町983 (駐車場30台完備)
TEL.027(361)0177

診療時間
 9:00~12:00 15:00~18:00
休診日
 木曜午後、金曜、祝日
 正看護師・医療事務員募集中

