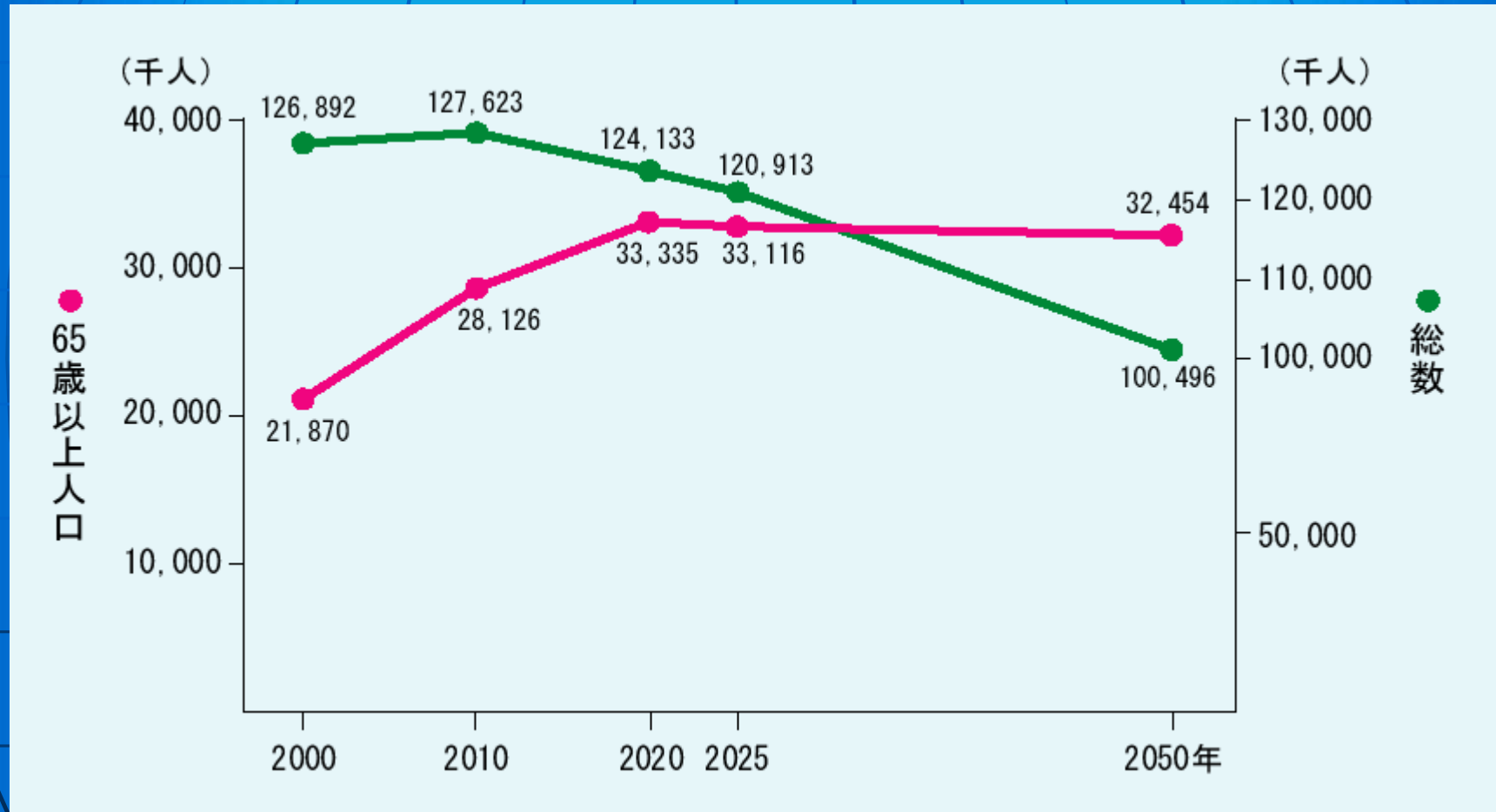


# 腰痛と歩行障害

腰部脊柱管狭窄症を中心に

東邦大学医療センター佐倉病院 整形外科 藤野真歩

# 高齢者人口は確実に増加します。

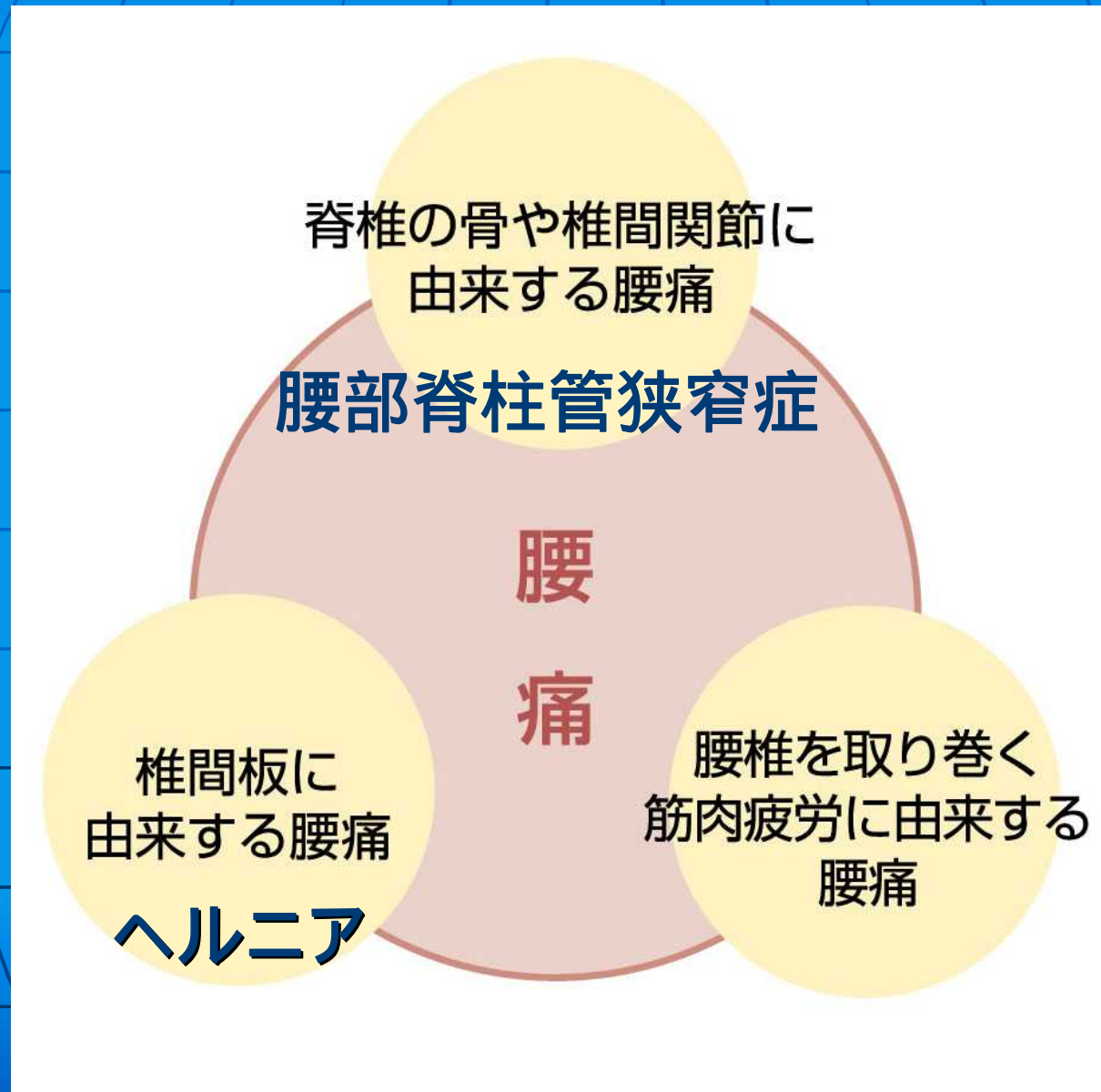


# 症状別有症率(人口千人に対する)

|      | 総数           |      | 65歳以上    |       |
|------|--------------|------|----------|-------|
|      | 症状           | 有症者率 | 症状       | 有症者率  |
| 第1位  | 腰痛           | 96.3 | 腰痛       | 193.3 |
| 第2位  | 肩こり          | 93.1 | 手足の関節が痛む | 158.7 |
| 第3位  | 手足の関節が痛む     | 59.1 | 肩こり      | 130.6 |
| 第4位  | せきやたんが出る     | 56.2 | 目のかすみ    | 124.5 |
| 第5位  | 体がだるい        | 53.4 | 物忘れをする   | 116.8 |
| 第6位  | 鼻がつまる、鼻汁が出る  | 51.9 | 聞こえにくい   | 109.1 |
| 第7位  | 目のかすみ        | 48.8 | 手足の動きが悪い | 101.7 |
| 第8位  | かゆみ(湿疹、水虫など) | 48.1 | 物を見づらい   | 95.2  |
| 第9位  | 頭痛           | 41.4 | 便秘       | 89.3  |
| 第10位 | 物忘れをする       | 38.5 | 手足のしびれ   | 85.4  |
|      | 物を見づらい       | 38.5 |          |       |

厚生労働省「国民生活基礎調査」(2001年)による

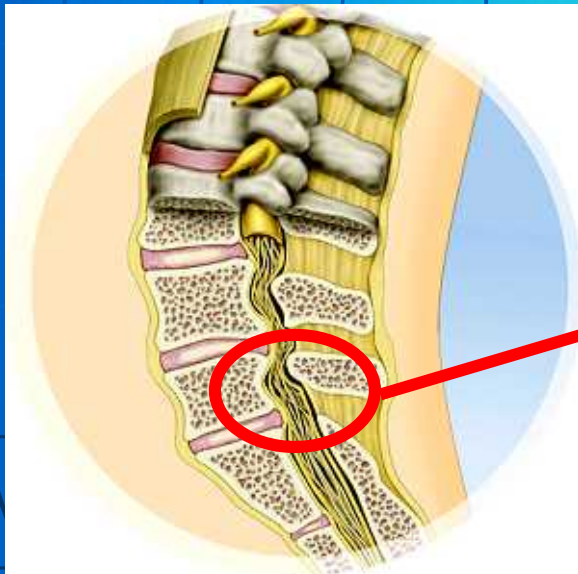
# 腰痛をきたす主要因



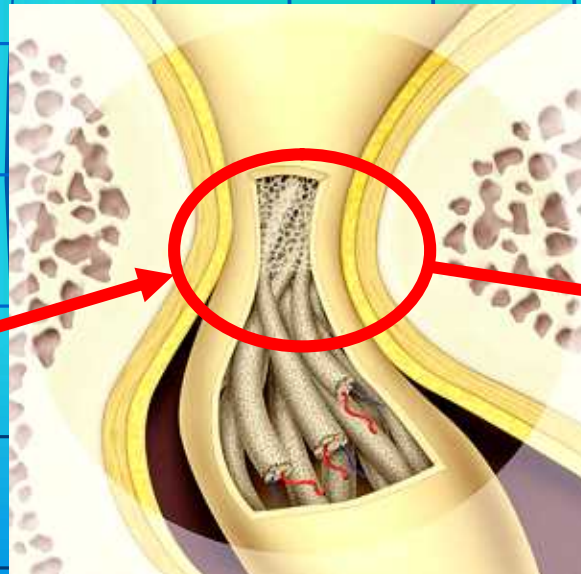
# 腰部脊柱管狭窄症の出現メカニズム

腰部の脊柱管が狭くなり、中に存在する馬尾、神経根が圧迫されることで神経栄養血流が圧迫される。

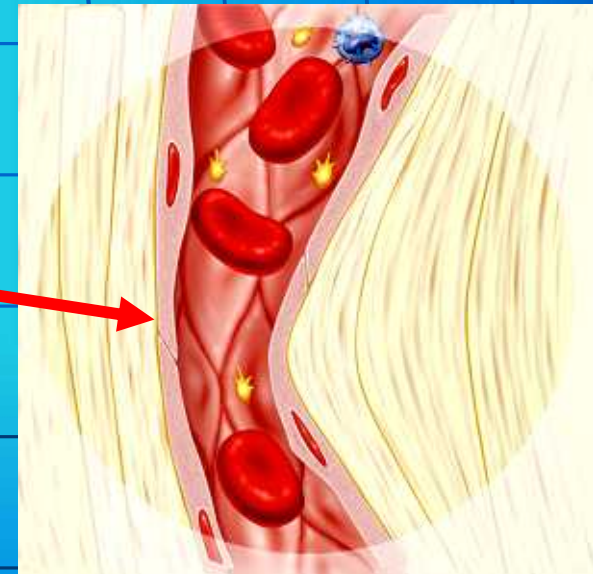
腰部脊柱管の狭窄



馬尾・神経根の圧迫



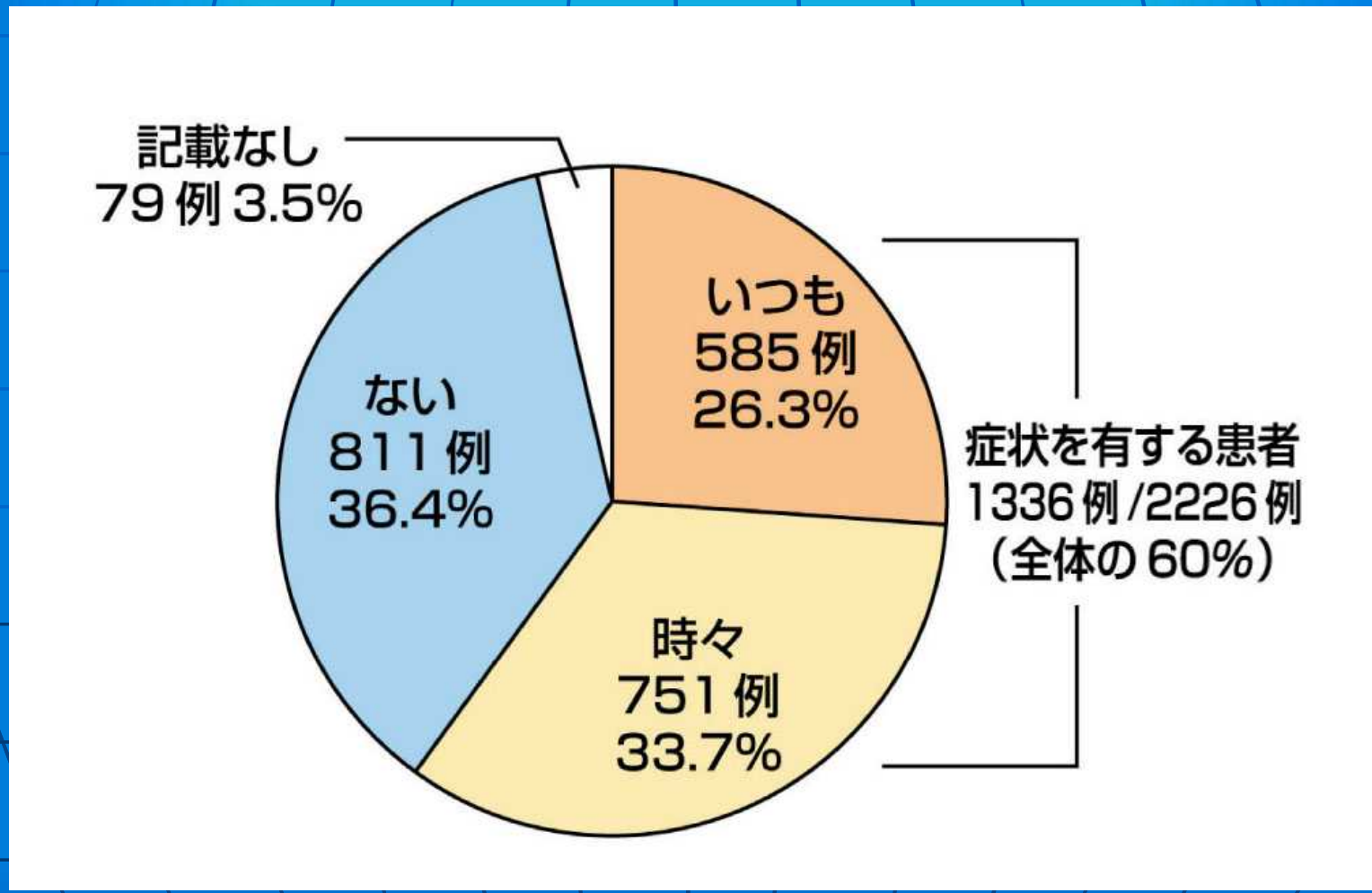
神経栄養血流の圧迫



**下肢疼痛、しびれ、間欠跛行の出現**



歩きだしてしばらくすると足や腰がしびれたり、痛んだり、だるくなったりして歩けなくなることがありますか？



# 腰部脊柱管狭窄症の症状

間欠跛行(前屈姿勢では下肢症状軽減)



# 間欠跛行

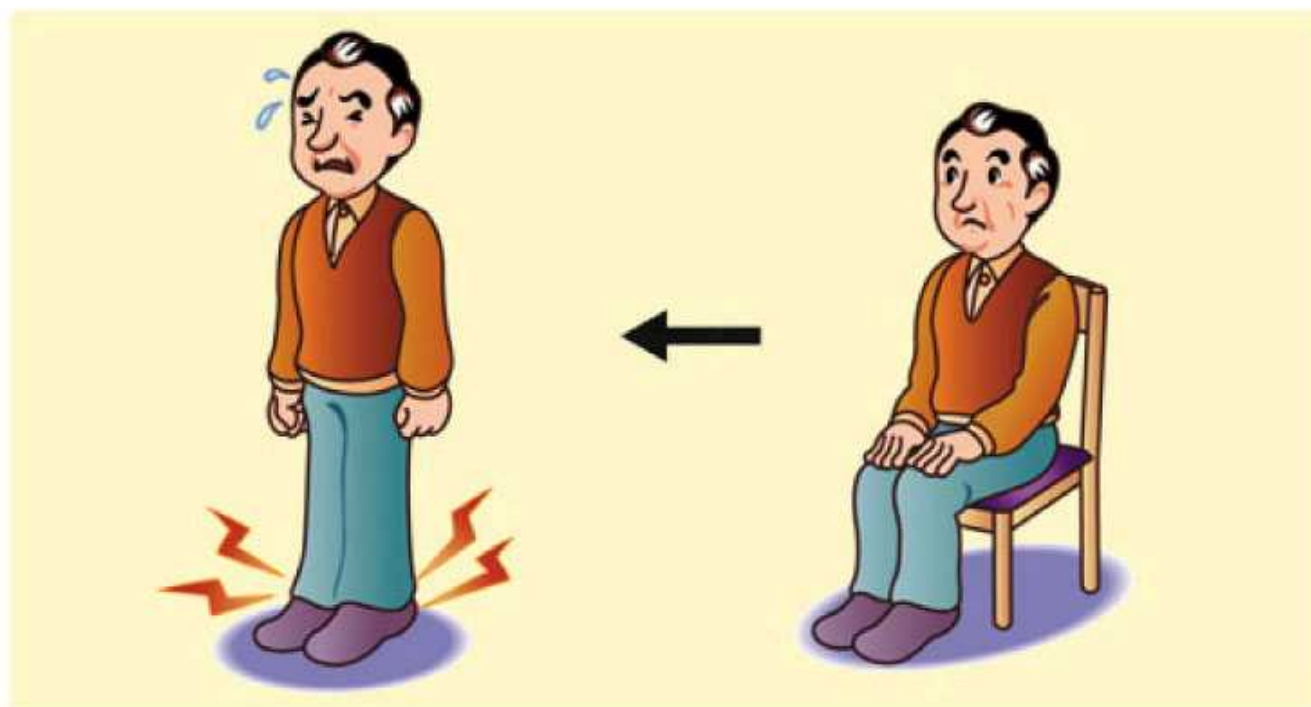


前かがみで少し休めば  
楽になりまた  
歩けるようになる

しばらくすると下肢にしびれや  
痛みがでてきて  
歩くことができない

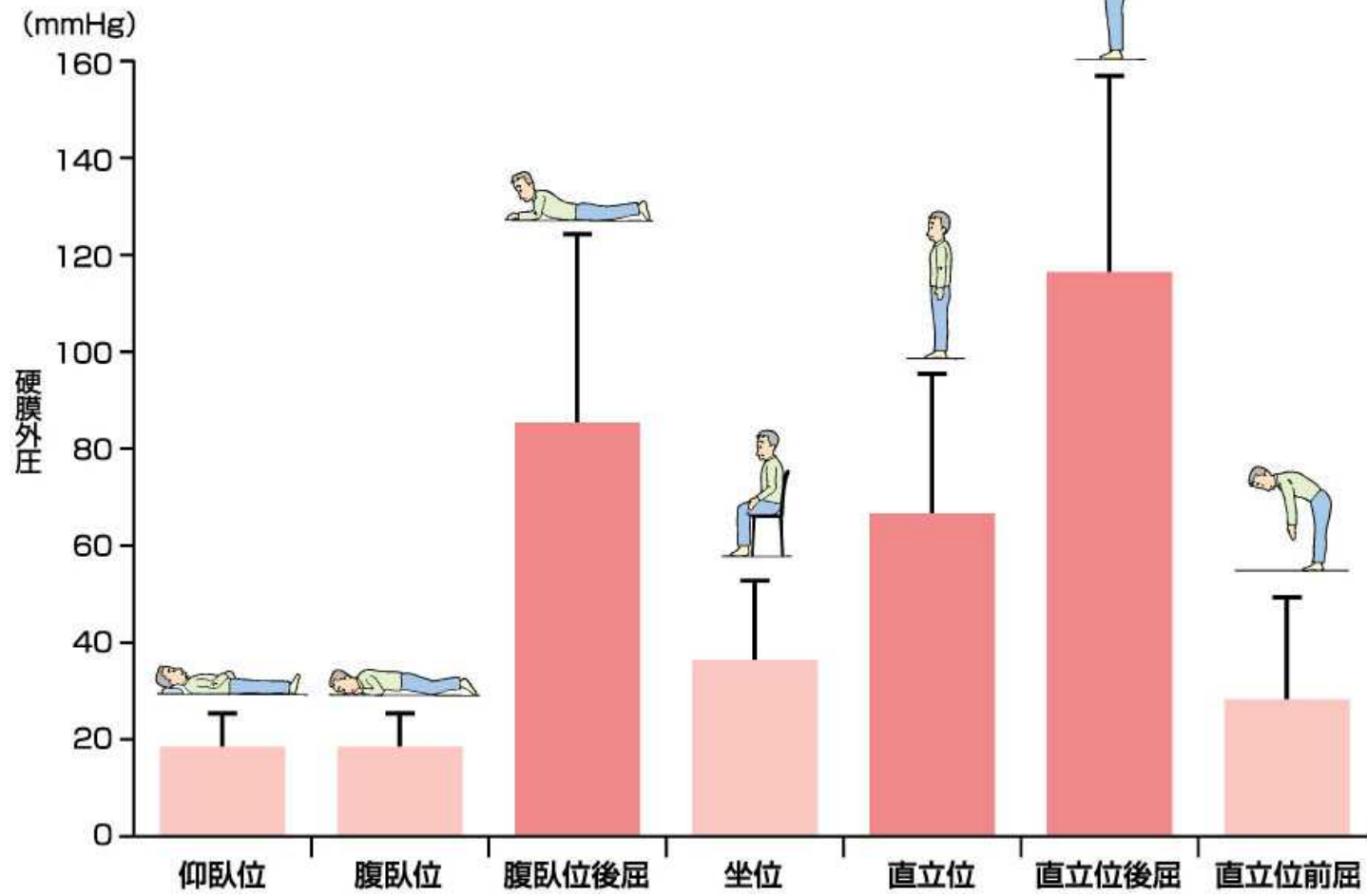


## 立位でも症状が出現



座っている時は症状はありません。しかし、立っているとだんだん下肢が痛くなったり、しびれたりします。

# 姿勢による硬膜外圧の変化



Takahashi K. et al : SPINE 20(6) : 650, 1995

すべり症  
(変性・分離)

変形性  
脊椎症

**腰部脊柱管  
狭窄症**

変性  
側弯症

靱帯骨化症

# 鑑別診断のポイント

|         | 前屈姿勢    | SLRテスト |
|---------|---------|--------|
| 椎間板ヘルニア | 痛みが出る   | 異常     |
| 脊柱管狭窄症  | 症状が軽くなる | 正常     |

# SLRテスト



横になって膝を伸ばしたまま、片方ずつ下肢を持ち上げる。健康な方でも80～90度まで上げると膝の裏が痛くなりますが、腰椎椎間板ヘルニアの方は、30～40度くらいで圧迫されている神経が引っ張られて、下肢に痛みが出てきます。



# 間欠跛行の鑑別ポイント

腰部脊柱管  
狭窄症



自転車テスト



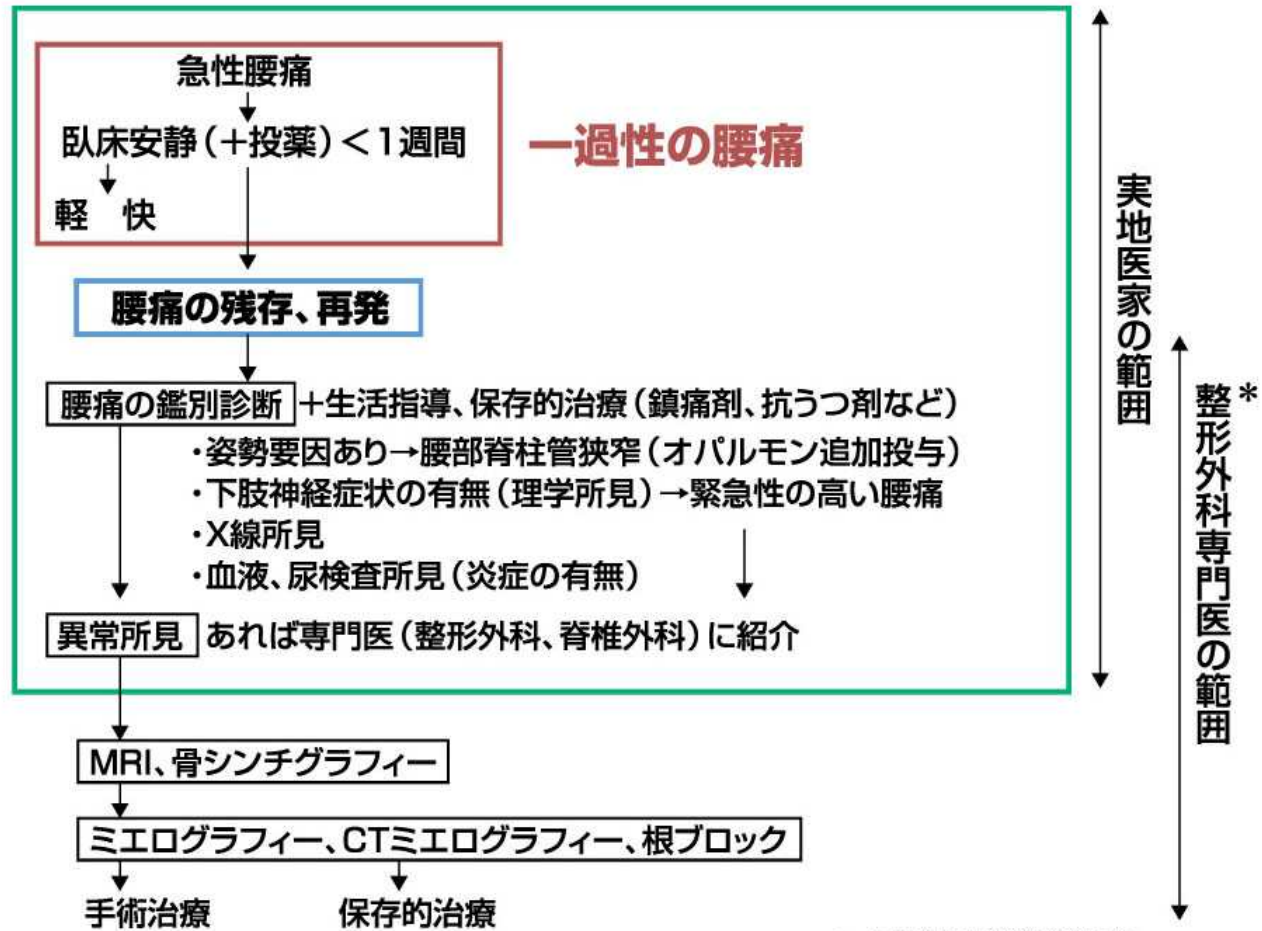
前屈位歩行

下肢動脈  
閉塞症



栗原 章:腰痛の発生機序と臨床像.臨床看護13(3):289-296,1987

# 腰痛：診断、治療のフローチャート



\*：日本整形外科学会認定医  
脊椎脊髄外科指導医

