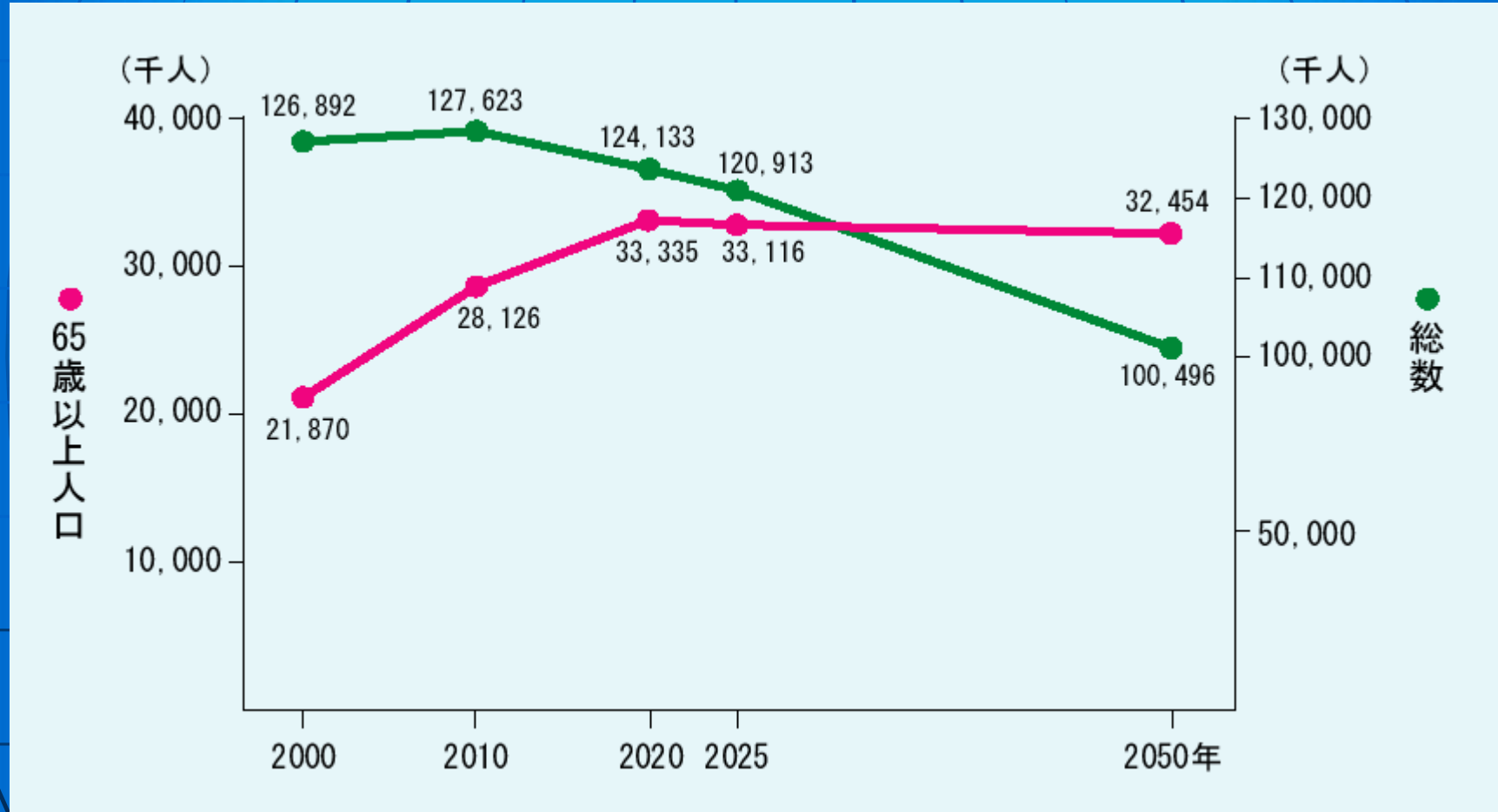


# 腰痛と歩行障害

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。

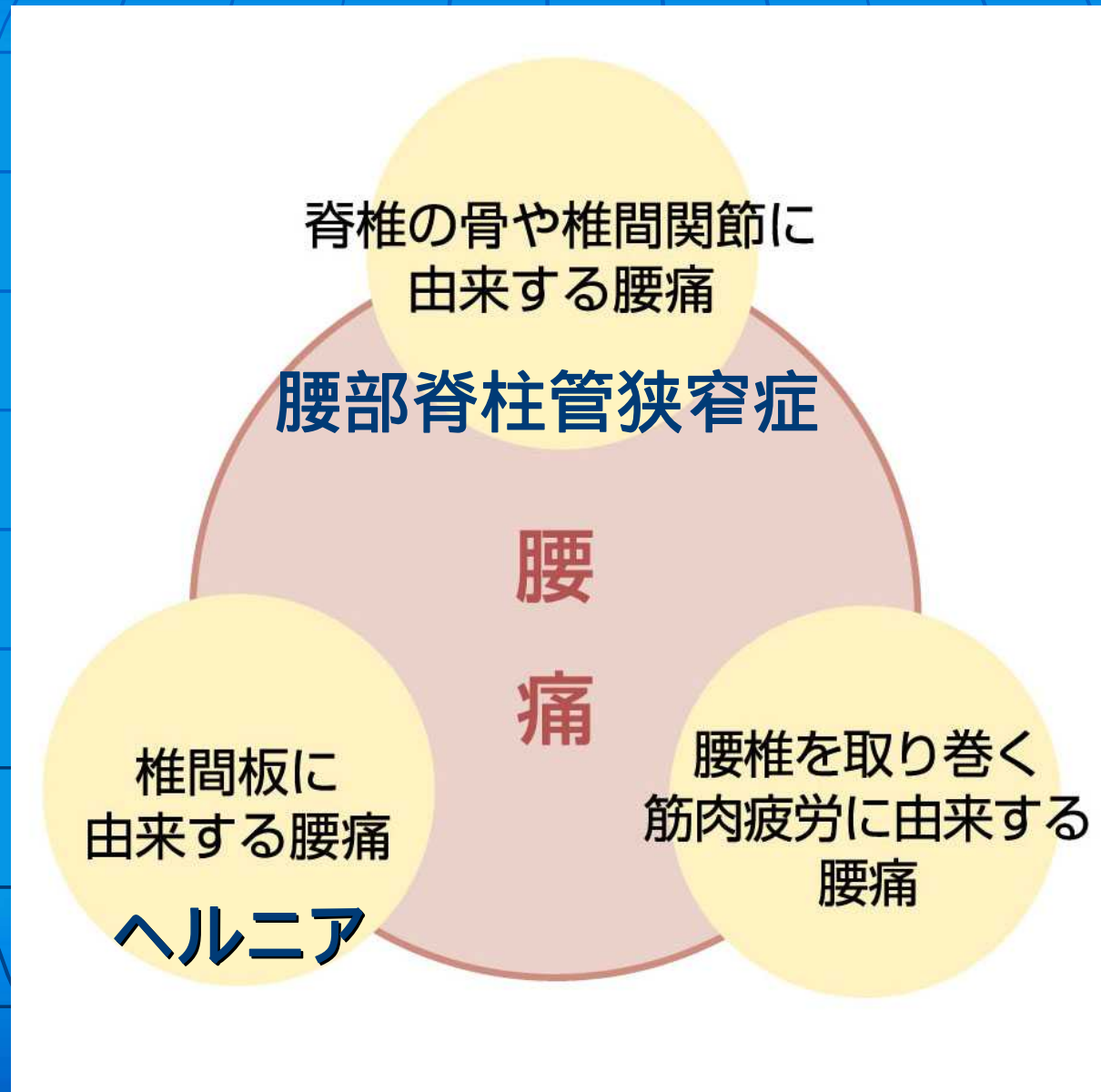


# 症状別有症率(人口千人に対する)

	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

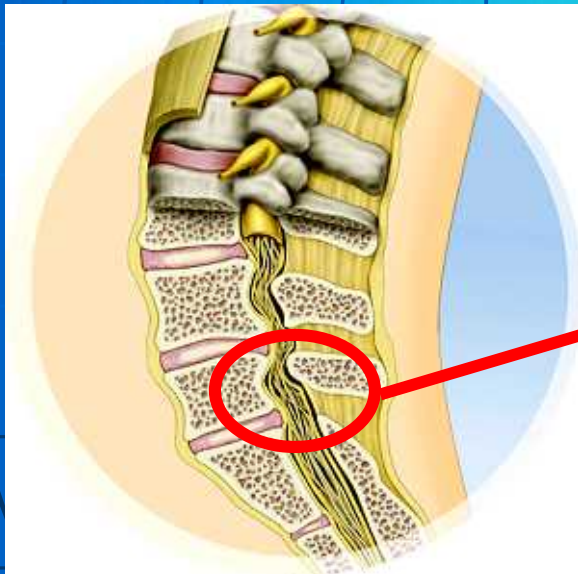
# 腰痛をきたす主要因



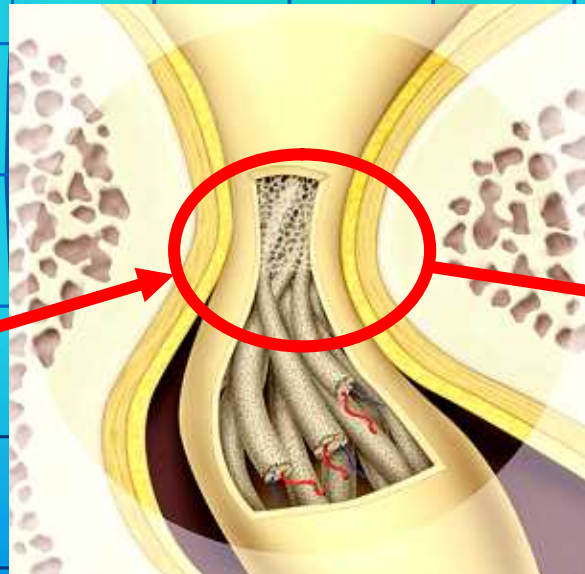
# 腰部脊柱管狭窄症の出現メカニズム

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。

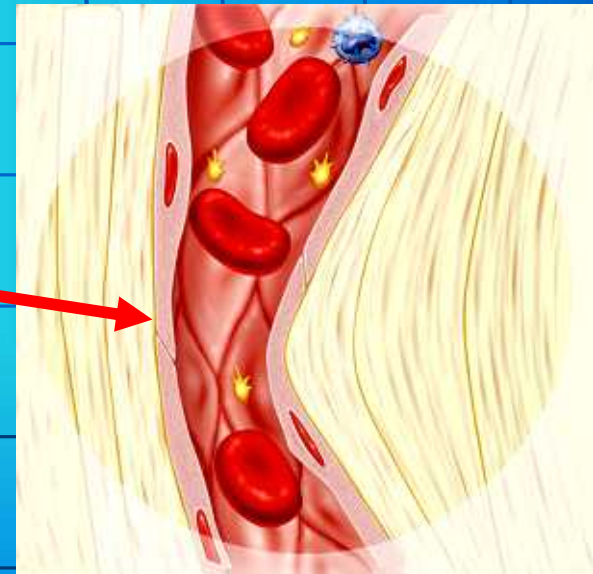
腰部脊柱管の狭窄



馬尾・神経根の圧迫

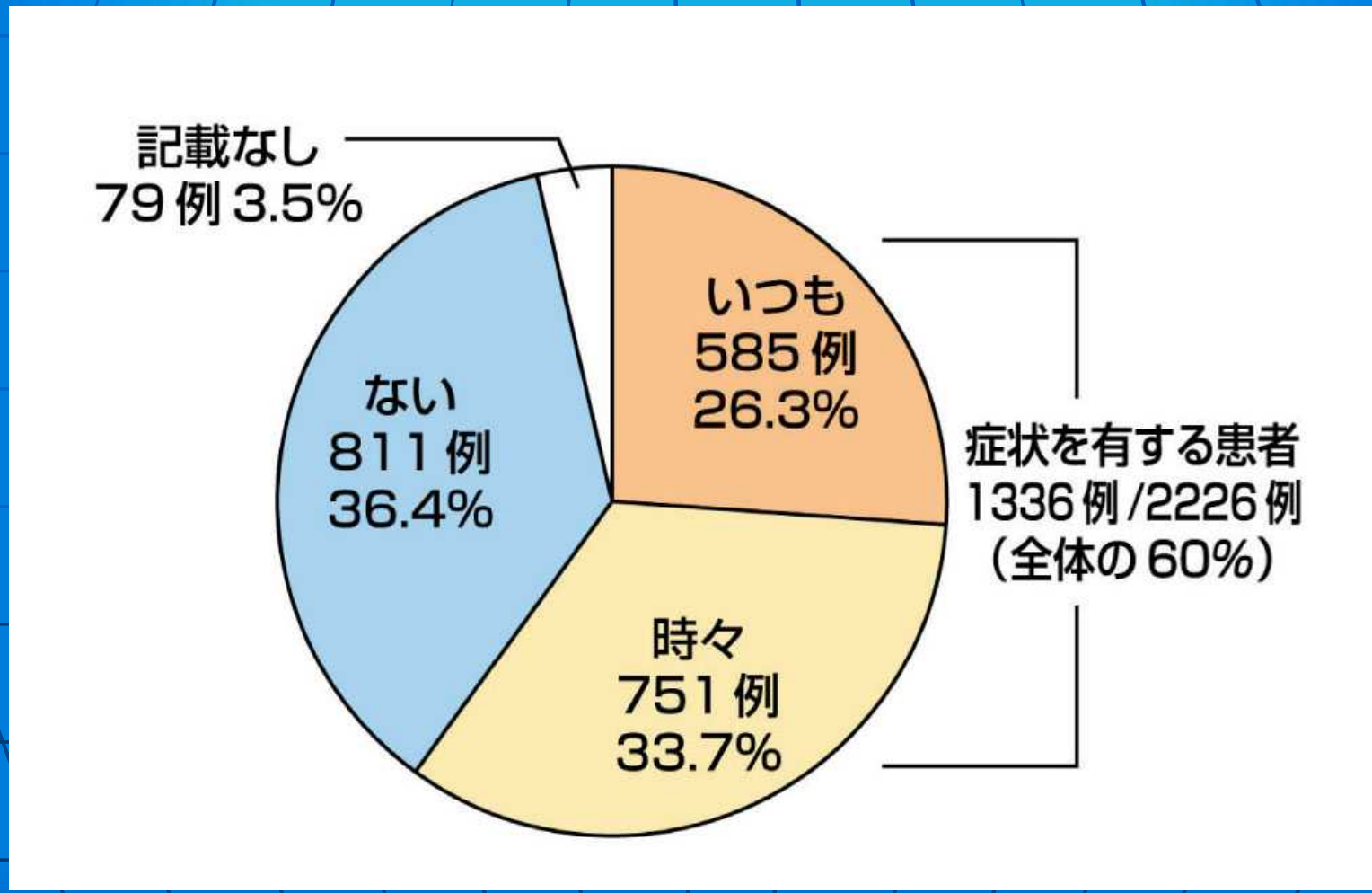


神経栄養血流の圧迫



**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

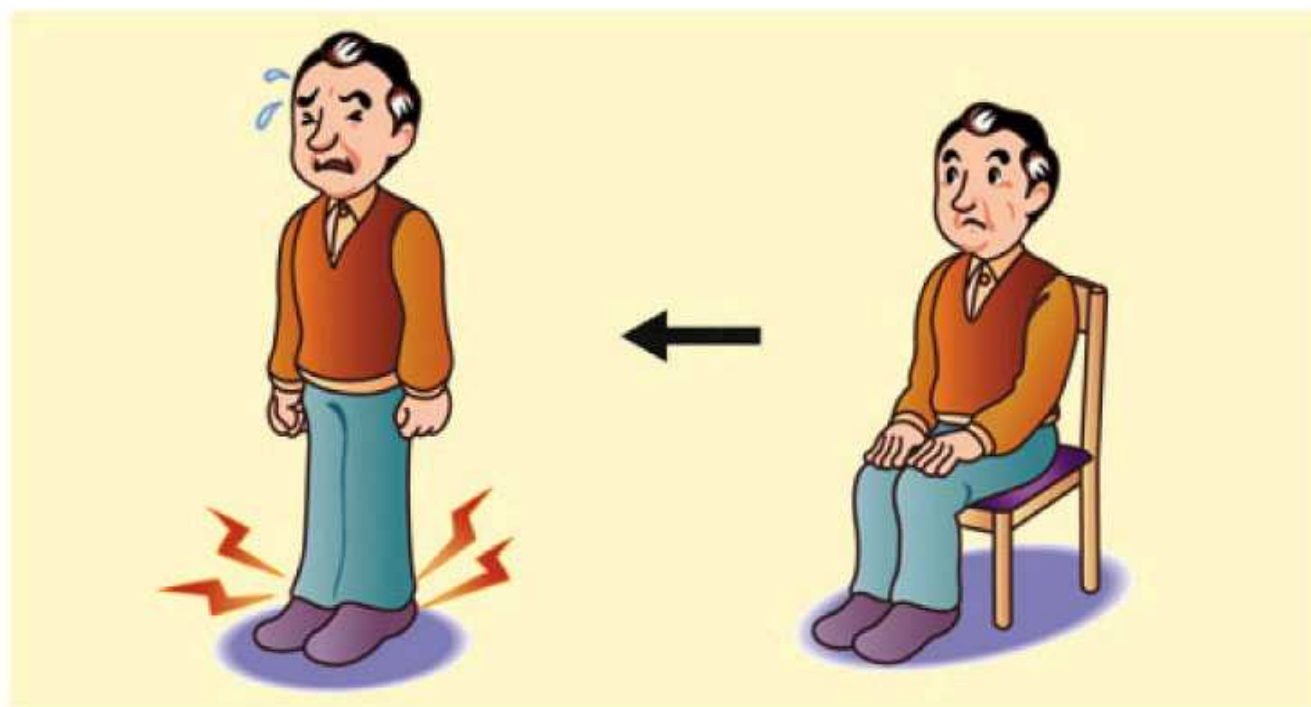


前かがみで少し休めば  
楽になりまた  
歩けるようになる

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

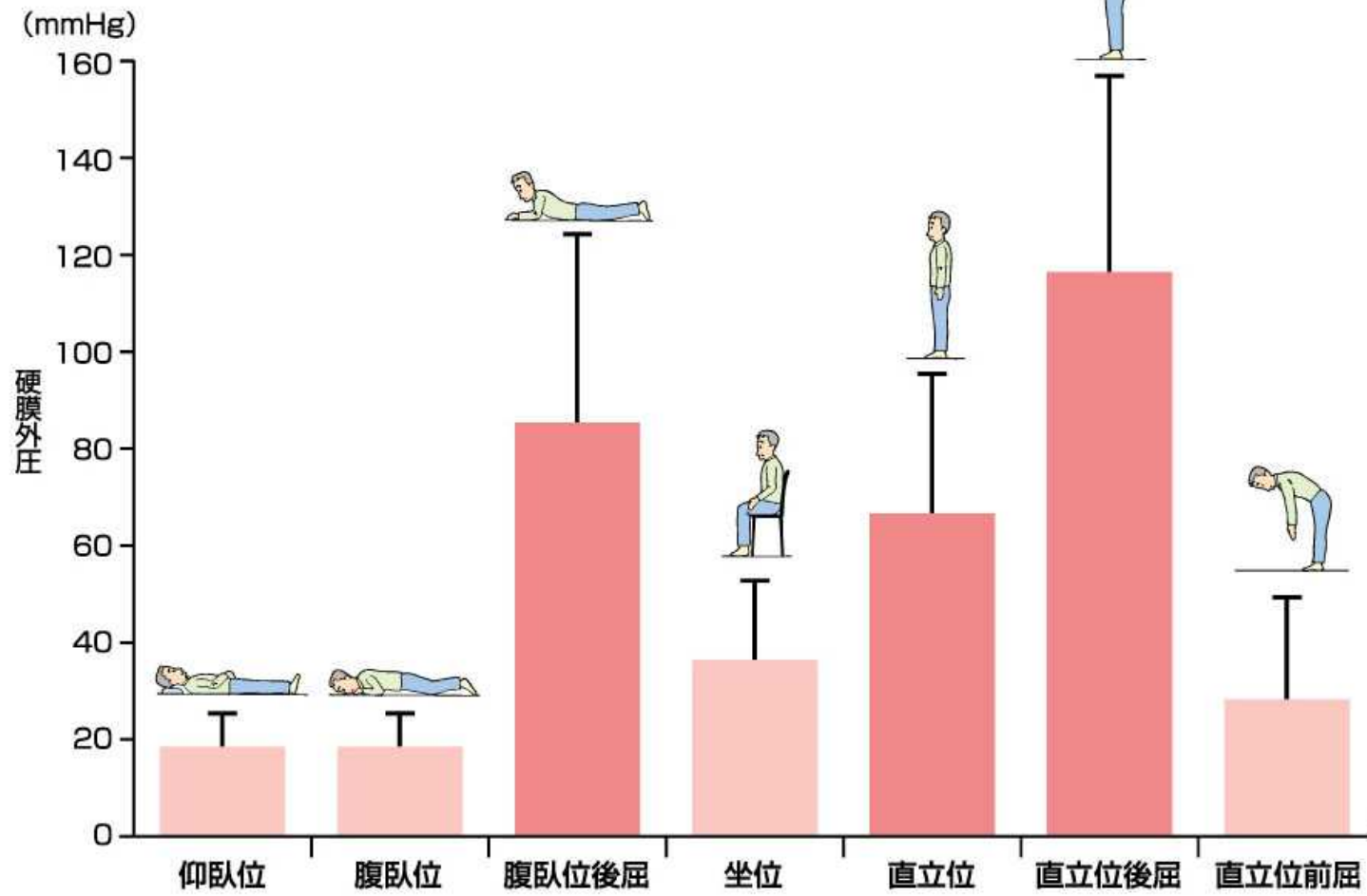


## 立位でも症状が出現



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



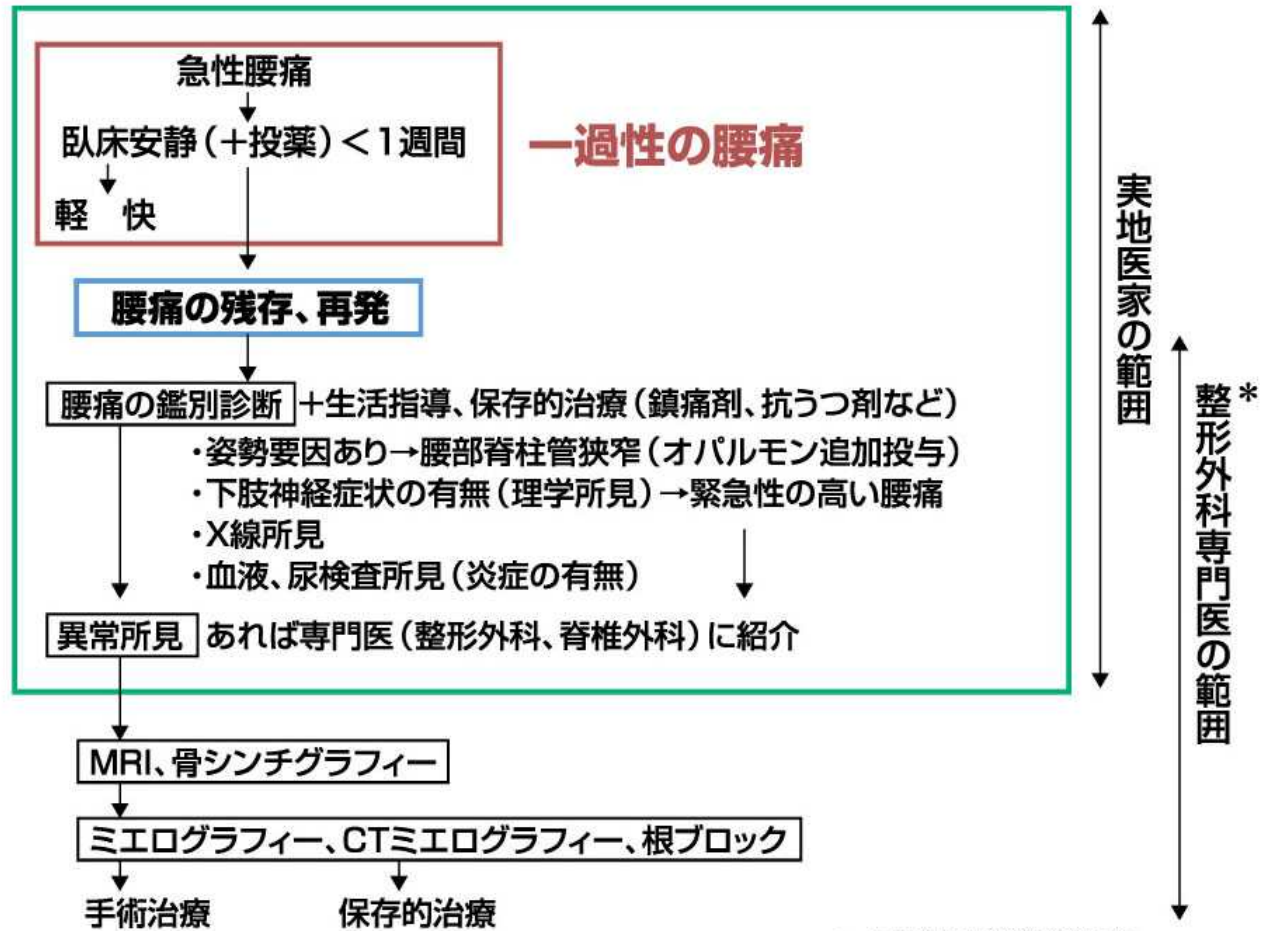
前屈位歩行

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

