

骨・関節の病気

頸椎症

加齢が原因

背骨は、椎骨が積み重なってできており、頭蓋骨を支える上から7番目までを頸椎けいついという。「重い頭部を支えているため、頸椎にはどうしても負担がかかり、普通に歳を重ねるだけでもすり減りなどの変性が生じてしまいます」と話すのは整形外科の森山徳秀講師。椎骨の間にあつてクッションの役割をしている椎間板がすり減ると、椎骨の縁が骨棘こつきよくと呼ばれるトゲのようになる変化が生

じ、椎骨同士のつなぎ目の関節が変性していく。これが変形性頸椎症である。首を動かすと痛い、首が動かしづらい、あるいは慢性的に頸部にコリや突っ張り感があるなどの症状が出る。黄色靭帯の肥厚や変性による骨棘により、背骨を通っている脊髄が圧迫されて症状が出るものを頸椎症性脊髄症、神経根が圧迫されるものを頸椎症性神経根症と呼ぶ。

頸椎症性神経根症

変形や骨棘などによって、脊髄から枝分かれしている神経根が圧迫されるものを頸椎症性神経根症という。脊髄から枝分かれして上肢へつながる神経が圧迫されるため、首から肩、腕、手指にしびれや痛み、さらには麻痺がみられる。片側の四肢に症状が出ることも多い。

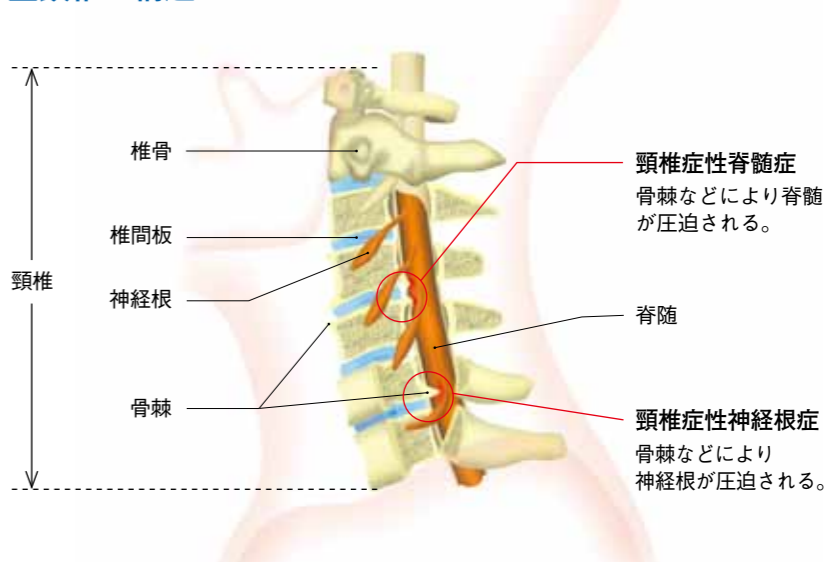
「神経根症は急性期の痛みを乗り越えれば収束することがほとんどです」と森山講師。このため、治療は保存療法が基本となる。非ステロイド系消炎鎮痛剤や内服薬で痛みを取るようにし、首の牽引を

行ったり、首を固定するための頸椎カラーを装着することもある。「強い痛みがある場合には、神経ブロック療法が必須となる場合があります」。神経ブロック療法は、局所麻酔薬の注射により、痛みの伝達を遮断し、血流を改善させて炎症を鎮める治療法。兵庫医科大学病院には痛みを専門とするペインクリニックがあり、整形外科と緊密に連携しながら治療を進めている。

頸椎症性脊髄症

一方、背骨を通る脊髄が圧迫されると、頸椎症性脊髄症となる。手足にしびれや痛みが出るほか、箸を使ったり洋服のボタンをかける

■頸椎の構造



たりといった細かい動作がしにくくなる。脊髄は下半身へとつながるため、足にも、歩く時に力が入りにくい、階段が下りにくいなどの症状が出るほか、排尿障害がみられることもある。「神経根症と違って、左右両側に症状が出ることが多いです。症状はたいていゆっくりと進行しますが、ある一

定の期間を契機に細かい作業などがしにくくなり、ひどい場合には立てなくなってしまう。また、転倒した際の外傷によって、急激に悪くなるケースもあります。症状が進行すると牽引などの効果が出にくくなるため、手術が必要になってきます」。

手術には首の前方から行う方法と後方から行う方法があるが、ほとんどは後方から椎骨を切り開き、その間に人工骨をはさんで脊髄の通っている空間(脊柱管)を広くする頸部脊柱管拡大術が行われる。術後は、頸部用のソフトカラーを2週間から1ヶ月くらい装着するが、2、3週間で退院が可能になる。兵庫医科大学病院では、クリニカルパスを運用しており、リハ



整形外科
もりやま 徳秀 講師

自己判断は禁物

ピリテーション部ともしつかりとした連携体制がとられているため、手術直後から理学療法や作業療法が集中的に行われている。

頸椎症は加齢による変化が主な原因であるため、発症する年代としては60代後半から70代が多く、男女差はあまりみられない。症状は比較的ゆっくりと進行し、急激に悪化することは少ないが、脳梗塞などでも手指や足のしびれ・麻痺といった症状が出ることもあるので、自己判断は禁物だ。脳梗塞であれば一刻も早く治療を開始することが何より重要になるし、ほかにも難病である後縦靭帯骨化症など、首すじから肩、手指の痛みやしびれ、手足が思うように動かしづらいといった頸椎症性脊髄症と同じような運動障害が出る病気もあるため、「このような症状が出たときには、とにかく早く整形外科を受診してほしい」と森山講師は話す。「症状を引き起こしている病気が何なのか、確定診断

が難しい場合には、神経内科や脳神経外科とも情報交換をしながら適切に判断し、速やかな治療につなげます。また、頸椎症だと判断した場合、症状が進行していなければ、薬や理学療法などで進行をくい止めることができますし、手術をしなければならぬと診断されるケースでは、手術をするのはなるべく早い方がいいんです」。なかには、症状の進行と画像診断の結果がうまくかみ合わないようなこともある。つまり、画像ではそれほど脊髄は圧迫されていないように見えても、頸椎症の症状が強く出ているようなケースだ。このような場合、兵庫医科大学病院では、臨床検査部で神経の情報を伝えるスピードを調べる運動誘発電位検査などを行い、手術が必要か否かの判断の参考にしている。

転倒にも注意!

「日本人を含めたアジアの人々は、もともと首の脊柱管が狭い傾向があります。そのために、ちよっ

としたことでも脊髄を痛めてしまう可能性がある。お酒を飲んだときなどは転倒に十分注意してほしいですね」。

手指がうまく使えず細かい作業がしにくいといったことは、年をとると誰でも少しは心あたりがあるかもしれない。「それでも年のせいとあきらめるのではなく、そういった症状が進む時には、頸椎症のような疾患かもしれないと疑ってみてください」。頸椎症を自己診断する方法として、「10秒テスト」という簡単な方法があるのでぜひ試してみてください。「気になることがあれば、専門医へ」。これは、どのような病気にも共通だ。

10秒テストをやってみよう!!

10秒間、手をグー、パーと握ったり開いたりをできるだけ早く繰り返します。



20回以上できれば正常。
20回以下の場合は、整形外科へ相談しましょう。

がん

目・耳・鼻・口の病気

胃・腸・食道の病気

呼吸器の病気

骨・関節の病気

脳・神経の病気

皮膚の病気

肝臓・すい臓・胆嚢の病気

腎臓・泌尿器の病気

循環器と血液の病気

全身の病気

こころの病気

女性の病気

子どもの病気