



古川ぶんと
ソフィア整骨院 院長

脊柱管狭窄症による痛み

今月号の相談は「整形外科で脊柱管狭窄症と診断され手術を勧められたが、ほかに治療する方法はないか」というもの。
さっそく、ソフィア整骨院の古川ぶんと先生に聞いてみた。

Q 下肢に痛みやしびれを感じ、整形外科で診察を受けたところ、「脊柱管狭窄症」と診断されました。医師によると、完治させるには手術を受けるほかにこのことなのですが、ほかに治す手段はないのでしょうか。

A 脊柱管狭窄とは読んで字のごとく、加齢などによって脊髄の通る脊柱管が狭くなってしまった状態を意味します。しかし脊柱管の狭窄はあくまでも構造上の問題であり、神経生理学的な見地からすると、脊柱管の狭窄により神経が圧迫されたからといって、そのこと自体が下肢の痛みやしびれを引き起こすことはありません。

Q では、この痛みやしびれの原因はどこにあるのでしょうか。

A 背骨を支える脊柱起立筋群、あるいは臀部の梨状筋、中殿筋などのこわばりが原因であると考えられます。とりわけ臀筋のこわばりは下肢の痛みやしびれの原因になりやすいので要注意です。症状がひどくなると間欠性跛行といって、痛みやしびれのため休息を入れないと長い距離を歩けなくなります。どの筋肉が原因なのかは実際に触診してみないとわかりませんが、これらの筋肉のいずれか、あるいは複数がかわばっているものと

考えられます。

Q どのくらい治療を受けなければ痛みから解放されるのでしょうか。

A 筋肉のこわばり具合にもよりますが、罹患筋に少し圧力をかけただけでも痛みが生じる場合、悪い状態が慢性化し、こじれている可能性もあります。そういったケースになると、10回程度の施術を要することもあります。

Q この症状は中高年に多く見られるものなのでしょうか。

A 脊柱管狭窄症と診断される方が多くが中高年層であるように、この症状もまた中高年の方に多いと思います。若者に比べて筋肉の質が硬くなり、日常生活のストレスなどで筋緊張が進行しやすいのかもしれない。いずれにしても、脊柱管狭窄症と診断された場合は整形外科的な診断を鵜呑みにせず、まず筋肉性の症状ではないかを疑ってみてほしいと思います。

「ふるかわぶんと」 1973年生まれ。大学卒業後、柔道整復師の国家資格を取得。厳しい研修生活の後、複数の整骨院で分院長を経験。2006年12月に、痛み専門・筋肉治療専門の「ソフィア整骨院」を開院。



【問い合わせ】

ソフィア整骨院

〒166-0012 東京都杉並区和田3-58-9

パークサイド東高円寺1F

☎03-3314-1276

http://sophia-seikotsuin.com

イラスト：丸子万葵