腰部脊柱管狭窄症（きょうさく） 腰椎椎間板ヘルニアなど脊椎疾患に対する低侵襲治療

首や腰 背中の痛み手足のしびれ 歩行時における下肢痛（間欠性跛行（はこう））に悩む方に

脊椎の健康を保ち 健康寿命を延ばす

神田 翔太郎 医師

Kanda Shotaro

2008年山形大学医学部卒業。自治医科大学附属さいたま医療センターなどを経て、19年から現職。日本整形外科学会認定整形外科専門医

山田 恵二郎 院長

Yamada Keijiro

1995年京都府立医科大学医学部卒業。勤医協札幌中央病院、京都民医連中央病院、札幌中央病院を経て2015年に開院。日本整形外科学会認定整形外科専門医

濱田 一範 副院長

Hamada Kazunori

1999年札幌医科大学医学部卒業。滝川市立病院、浦河赤十字病院、札幌中央病院などを経て2015年から現職。日本整形外科学会認定整形外科専門医。医学博士

超高齢社会の進展に伴い、腰部脊柱管狭窄（きょうさく）症、腰椎椎間板ヘルニアなど脊椎疾患に悩む患者は年々増えています。脊椎疾患は運動器の機能低下や要介護の原因ともなるため、適切な診断、治療に努めることが大切です。原因や治療法などについて、長年にわたり脊椎疾患の診療を専門としてきたさっぽろ脊椎外科クリニックの山田恵二郎院長、濱田一範副院長、神田翔太郎医師にお話を伺いました。

企画制作／北海道新聞社営業局

――脊椎疾患について教えてください。

山田 脊椎（背骨）は、上から頚椎（けいつい）、胸椎、腰椎、骨盤をつくる仙椎からなります。脊椎は体を支える重要部であると同時に、体全体につながる神経の通り道です。人は直立歩行であるが故に、常に脊椎は重力による負荷を強いられており、さらに加齢による骨や靭帯（じんたい）、椎間板の脆弱（ぜいじゃく）化、変性などにより異変を起こしやすい部位です。

脊椎疾患は「健康寿命」を大きく損なう原因になります。手足が痛い、歩けない、細かい作業ができない（手にうまく力が入らない）など生活の質がどんどん下がり、日常生活に影響が出てきます。バランスを崩して転倒しやすくなり、頭部外傷や大腿（だいたい）骨骨折などの原因にもなります。

濱田 中高年に圧倒的に多いのは「腰部脊柱管狭窄症」です。腰にある椎間板や靭帯、関節が老化により変形・肥大し、神経の通り道が狭くなるために起こります。歩くと腰から足に痛みやしびれが起き、長い距離を歩けなくなる間欠性跛行（はこう）が代表的な症状です。

若い方にもよく見られる「腰椎椎間板ヘルニア」ですが、この病気も加齢とともに起こりやすくなります。腰の骨と骨の間でクッション役として働いている椎間板が飛び出し、神経を圧迫することで腰や下肢が痛みます。

神田 下肢痛やしびれ感、間欠性跛行の症状が出たら〝黄色信号〟。この数年、コロナ禍で外出自粛が続き、歩く機会が減少し症状が自覚しにくい現状なので、ご家族の気づきも大事です。治療に早過ぎることはありません。病状が進行して歩けなくなってしまう前に、医師の診察の下、正しい治療を受けてほしいです。

――どのような治療法がありますか？

濱田 症状が軽いうちは、投薬やブロック注射、リハビリなどで痛みを緩和する保存治療が基本になります。保存治療を続けても痛みが改善せず、病状も進んでいる場合は、手術治療が次の選択肢になります。一度手術を受けて回復すれば、以降は痛みをほとんど忘れて生活できる可能性が高いです。痛みやしびれなどの症状で「やりたいことができない」とか「日常生活が困難」になったら、手術を検討するタイミングといえます。

腰椎椎間板ヘルニアの治療では、手術に代わる選択肢として「ヘルニコア治療（椎間板内酵素注入療法）」の導入も進んでいます。1回の注射で高い治療効果が期待できます。全身麻酔による手術が不要で、入院も短縮でき患者さんの負担が軽減できます。

神田 近年は顕微鏡などを使い、小さな傷で身体の負担の少ない低侵襲手術が行えるようになりました。顕微鏡下手術では、患部を拡大して立体的に確認できるので、より精緻な施術が可能です。傷口が小さいので出血が少なく、術後の回復が早いのが最大の利点。早くからリハビリができるので、入院日数の短縮も見込めます。

山田 最新の低侵襲手術が「OLIF」「XLIF」という術式です。背中を大きく切開して患部にアクセスする従来の術式に対し、OLIFやXLIFは体の側方から患部にアプローチします。特殊な手術器具を使い、最小限の切開で神経の圧迫を解除したり、安定した脊椎の固定が行えます。背中の神経や背筋などの大きな筋肉を傷つけず、また、手術中の出血量も少なく、身体に対する負担はさらに小さくなります。ただし、これらの術式は十分なトレーニングを積んだ実施資格を有する医師しか行えません。受診できる医療機関をご確認ください。

腰や手足の難治性疼痛（とうつう）に対しては、脊髄の神経に微弱な電気刺激を持続的に送ることで、痛みを緩和する「脊髄刺激療法」という治療法があります。神経が傷を負ったことによる痛みに有効です。

――最後に、首や腰の痛みに悩む患者さんにメッセージをお願いします。

神田 趣味のスポーツを続けたいと手術を希望する患者さんもいれば、「少しの時間だけ買い物に出かけられればいい」という患者さんもいます。治療に何を求め、今後どういった生活を望んでいるのか医師とじっくり話し合い、患者さん一人一人の病状と要望に合った治療法を見つけることが重要です。

濱田 首や腰の痛み、下肢のしびれを「年だから」と諦めたり、「仕方ない」と我慢したりせず、一度、脊椎を専門的に診る病院を受診し、自分の背骨がどのような状態なのかを確かめてみてください。

山田 超高齢社会では、元気に自立して日常生活を送ることができる「健康寿命」を延ばすことが大切です。これからも健康的で活動的な生活を送りたいと考えているのであれば、体力のあるうちに、症状が悪化する前に真剣に治療に向き合ってほしいと思います。脊椎の健康を守ることが、健康寿命を延ばすための鍵となります。

「最新設備と低侵襲手術で 患者さんに優しい医療を！」

首（頚椎）や腰（腰椎）など、背骨（脊椎）に起因する疾患を扱う専門クリニック。脊椎外科分野に豊富な知識と臨床経験を持つ3名の日本整形外科学会認定整形外科専門医と専任の麻酔科医が、診断から治療・手術、リハビリまで一貫して診療にあたる。

最新の検査機器や治療を積極的に取り入れ、患者さんの体に負担の少ない「低侵襲治療・手術」に努めるとともに、遠方からの来院も考慮し、できるだけ当日に診断結果や治療方針を伝えるなどクリニックならではのフットワークの良さを心掛けている。

リハビリ室
脊椎疾患に専門的な知識を持つ理学療法士が常駐し、患者一人一人に合ったリハビリプログラムを指導する

医療法人
さっぽろ脊椎外科クリニック

整形外科 ｜ 放射線科 ｜ リハビリテーション科 ｜ 麻酔科（佐藤公一医師）

■住所／札幌市北区北13条西2丁目2-1
■予約専用ダイヤル（8:45～17:00）
TEL.011-729-4154
■電話番号／TEL.011-729-1154
■診療時間／※完全予約制
月～金 9:00～12:30 14:00～16:30
■休診日／土、日、祝日
https://sapporo-spine.com/

地下鉄南北線北12条駅・地下鉄東豊線北13条東駅のどちらからも徒歩圏内であり、JR札幌駅も近いなど利便性が良く、道内各地から多くの患者が訪れている。外来患者向けの駐車場（20台分）も備えている