

日野病院 病院長 孝田 雅彦

日野病院の孝田雅彦病院長が、さまざまな病気や健康について、その予防法や健康に過ごすための豆知識などお役立ち情報をお届けします。



誰もが経験のある腰痛。人類が2足歩行になって以来、宿命的に抱えることになった疾患です。今年の冬も、多くの患者さんが腰痛で受診・入院されました。転倒や尻もちによる脊椎の圧迫骨折が多かったのですが、腰痛にはほかにさまざまな原因があり、注意が必要なものも少なくありません。

自然に治る腰痛と受診が必要な腰痛

腰痛は、腰の筋肉・関節・椎間板・神経などから起こる痛みです。多くは命に関わるものではなく、数

日から数週間自然に改善します。大切なのは、「自然に良くなる腰痛」と「早めに医療機関で調べるべき腰痛」を見分けることです。診察では痛みの強さだけでなく、足のしびれ、筋力低下、発熱、体重減少、排尿・排便障害なども確認します。

最も多いのは、筋肉・関節・靭帯からくる痛みです。重いものを持ちたり、急に体をひねったりして起こる、いわゆる「ぎっくり腰」もこれにあたります。動かすと痛いのが特徴ですが、手足のしびれや麻痺は伴いません。

次に多いのが椎間板ヘルニアです。背骨の間でクッションの役割を果たす椎間板が変形して飛び出し、神経を圧迫することで、痛み・しびれ・歩行困難などが生じます。お尻から太ももの裏・ふくらはぎ・足先にかけてしびれる場合は「坐骨神経痛」と呼ばれます。前かがみになると症状が悪化するときは、この疾患を疑います。

3つ目は腰部脊柱管狭窄症です。加齢とともに神経

の通り道が狭くなり、神経が圧迫されて起こります。高齢者に多く、歩くと足がしびれたり痛んだりしますが、少し休むとまた歩けるようになる。これを「間欠性跛行（かんけつせいはこう）」といい、この疾患の典型的な症状です。

4つ目は圧迫骨折です。骨粗しょう症が進むと背骨が体重を支えきれなくなったり、つぶれてしまうことがあります。転倒や尻もちはもちろん、くしゃみやぎっしりかけになることもあります。骨折の治療と並行して、骨粗しょう症そのものの治療も欠かせません。

重大な病気が隠れている危険な腰痛とは

腰痛の中には、内臓の病気が原因のものもありま

す。膀胱の病気、腹部大動脈瘤、尿路結石、婦人科系疾患などがその代表で、それぞれ専門科での精密検査が必要です。特に膀胱がん・腎臓がん・がんの骨転移・大動脈瘤・感染症などは、一刻も早く医療機関を受診しなければならぬ重篤な疾患です。

原因不明の体重減少や発熱がある、血尿が出ている、安静にしても腰痛が和らがない、あるいはもともとの腰痛が急に悪化した。こうした症状があるときは、危険な病気が隠れている可能性があります。「いつもの腰痛だろう」と思い込まず、気になる症状があればぜひ受診をしてください。しっかりと診断を受けて、安心して治療に臨みましょう。

