

腰痛

米の山病院
放射線科

「いきをすって」号外 002 号
発行責任者：山下 紀文

国民の5人に1人は腰痛で苦しんでいる！

「腰痛」これは経験のない人には解らない痛さです。物を取ろうとしてギクツとして動けなくなったり、何気なくかがんだ時急に痛くなったりと様々な時に腰は痛くなります。今回は腰痛について紹介します。



?なぜ腰が痛くなるの?

ヒトは進化の過程で2本足による直立歩行を選びました。しかし、その代償としてヒトの腰は、上半身の重みをすべて受けるという負担を負うことになりました。

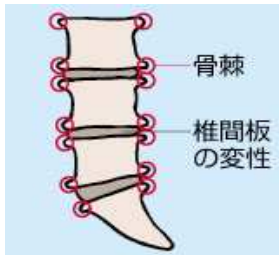
腰は人の体を支えるだけでなく、立つ・歩く・座る・かがむ・持ち上げるなど、日常動作でも負担がかかっています。また、「歩く時間が少ない」ということからお腹や背中中の筋肉が衰えることでより腰に負担がかかるのです。

?どんな病気が腰痛になるの?

腰痛は様々な原因で起こりますが、内臓の病気と脊椎の病気に分けられます。内臓の病気では腎臓や尿管の結石、婦人科の病気、大動脈瘤や悪性腫瘍などがあります。脊椎の病気には、椎間板ヘルニアや脊椎管狭窄症、骨粗しょう症、変形性脊椎症などがあります。

?腰のヘルニアってよく聞くけど…?

腰椎椎間板ヘルニアは腰に何らかの負担がかかり、髄核が飛び出して神経を圧迫している状態です。急激な腰の痛みや片方の足にしびれや痛みが起こるのが特徴です。椎間板の老化は20代から始まりますので、20~40代に多く発症します。



?年を取ると腰が痛くなるの?

年をとると椎間板と言われる腰の骨と骨の間にあるものが老化し変形します。椎間板の弾力がなくなり、本来のクッション作用が失われると、椎間関節や周囲の組織にも影響が及ぶのです。例えば骨棘と言われる骨の棘ができて神経を圧迫して痛みが出たりします。

?腰が痛くなったらどうしよう?

直ちに検査をお勧めします。腰痛は早期診断・早期治療が重要なのです。ほっておくと足が痺れたり、歩けなくなったりします。

痛みを感じたらX線撮影やMRIでくわしく調べよう！

腰のX線検査は比較的簡単に骨の変形や骨折の有無などを調べる検査です。MRI検査は神経、椎間板、などの軟部組織や筋肉・骨までも詳しく調べることができる検査です。MRI検査は医師による簡単な問診を行います。

※検査のご依頼は放射線科へお尋ね下さい。