

# しんとし

Vol.58



東京オリンピック開幕が間近に迫ってきました。開催の是非については、様々な意見があり、立場違えば主張も違うことは仕方のないことです。ただ国として「やる」と決めた以上、選手や世界中の国々の人達にとって思い出に残る大会になるように、この多くの制約のなかでも、日本国民全体で協力しあいながらやっていく雰囲気にならないものか？（ラグビーW杯2019のように）と考えていました。

個人のことでも組織のことでも、「やめよう」というのは簡単です。もちろん勇気ある撤退も時には必要なことですが、「やる」と決めて、なんとかそれを達成しようとするプロセスのなかで、創意工夫やチームの団結が育まれ、「雨降って地固まる」の言葉のように、想像もしなかった素晴らしい変化やなにか（something）が生まれることも事実です。

病院においても、何か新しいことに取り組む際には必ず反対意見が出ます。無謀な挑戦は避けるべきでも、常に改善を求めらるるのであれば、時にはスタッフに負荷がかかる挑戦も出てきます。新都市病院のスローガンである3Cは「協力（Cooperation）しあい、挑戦（Challenge）していくことで、常に変化（Change）していこう」です。コロナ禍の大変な時期ですが、感染には適切な対応をしていきながら、そこで思考停止することなく、前を見て病院として更なる成長を続けていけるようスタッフ一同チーム新都市で精進していきたいと思えます。

院長 森本 裕史

## TOPIC 01

株式会社バイエル薬品の全国紙

# BAYER Medical News

## 当院の脳卒中体制が評価され、

## 取材を受けました。



森本院長ロングインタビュー  
脳梗塞治療体制の構築について  
～診療実績を伸ばし続けるためのカルチャーづくり～

詳細はこちら



## TOPIC 02

オンライン面会の  
予約方法・面会可能時間が  
変更になりました！



予約日時に関しては、ご希望の日時をお伺いし、治療に必要な予定を確認させて頂いたあと、当院でお時間を指定させて頂きますので、予めご了承ください。

ご希望の方は右のQRコードより詳細をご確認ください。



## TOPIC 03

当院では講演依頼を積極的に受け付けております！是非お気軽にお問い合わせください。（☎045-911-8115）



荏田地域ケアプラザ



北山田地区センター



清水建設荏田グラウンド



荏田南3丁目自治会館

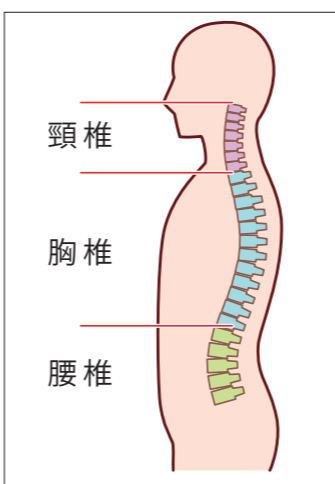
令和3年7月号  
(通刊58号)

「腰痛」の原因の一つ！  
腰部脊柱管狭窄症について知ろう。

国民生活基礎調査によると、自分の身体で最も気になる症状の一位は「腰痛」です。一方で、そのうち医療機関への受診に繋がっている人は半数以下となります。「少し我慢すれば大丈夫」という気持ちから、受診を控えていますか？今回は、「腰痛」を症状とする疾患の中から、脊椎疾患の「腰部脊柱管狭窄症」についてご紹介いたします。

📌 脊椎について

背骨（脊椎）は、首（頸椎）、胸（胸椎）、腰（腰椎）にわかれています。それぞれ役割が異なるため、病名や治療法もこの部位ごとに考えられています。



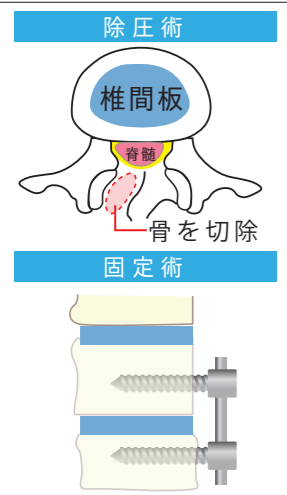
📌 検査について

「腰痛」には様々な原因があり、病態によって治療法が異なるため、正確な診断が重要となります。脊柱管狭窄症の検査方法は、レントゲン、MRI検査、CT検査が一般的です。レントゲンでは脊椎の狭窄や骨の変形、腰椎の配列を見ます。MRI検査では神経の圧迫の程度を、CT検査では、骨の状態を細かく確認します。

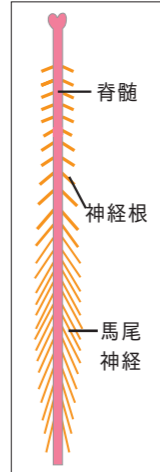
📌 腰部脊柱管狭窄症の治療方法について

① 保存的治療について

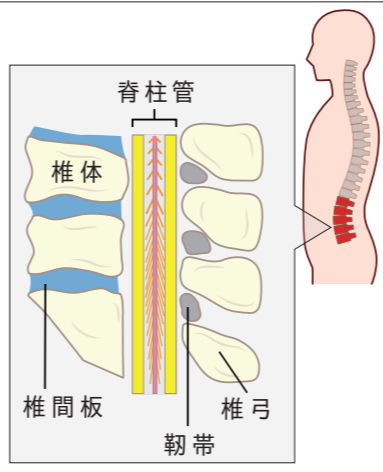
「保存的治療」の場合、まずは日常生活指導を行います。長時間同じ姿勢をとらないこと、背中を反らせる、腰をひねる、重いものを持ち上げるなどといった、脊椎に負担のかかる動作は避けていただきます。また、腰を安定させるためにコルセットを使用することもあります。それでも痛みが続く



背骨には、脳からつながっている「脊髄」という神経があります。また、脊髄から枝分かれしている部分を「神経根」と呼びます。さらに、脊髄の下部は馬の尻尾のように細く枝分かれし、この部分を「馬尾神経（ばびしんけい）」と呼びます。



そして、脊髄の周りには脊柱管という管腔があり、脊髄を守っています。脊柱管は、前面を椎体や椎間板に、側面から後面を椎弓や靭帯により形成されています。

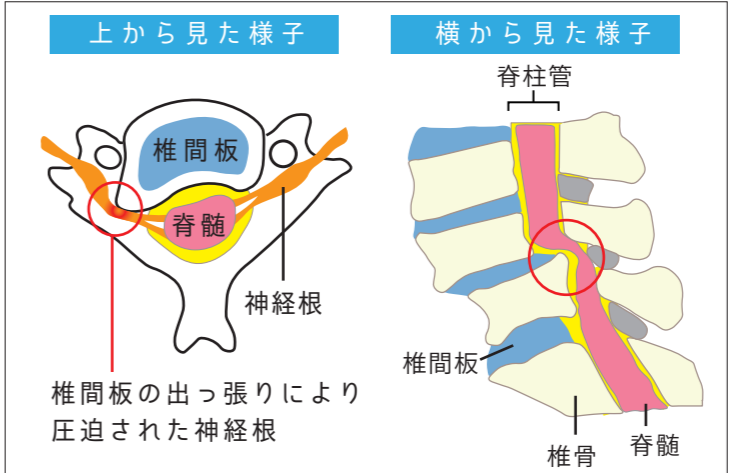


② 外科的治療について  
場合は薬を服用することもあります。薬を服用しても痛みが緩和されない場合には「ブロック注射」を行います。ブロック注射とは、神経や神経の周辺に局所麻酔を行い、痛みを軽減する方法です。

保存的治療を行っても日常生活動作が低下している場合は手術を行います。手術では、神経を圧迫している骨や椎間板、靭帯などを切除して、脊柱管を広げます。「除圧術」という手術を行います。また、脊椎に不安性がある場合には、金属を使用する「固定術」を行うこともあります。

📌 脊柱管狭窄症とは

脊髄を守る脊柱管が何らかの原因で狭くなり、神経根や馬尾神経が慢性的に圧迫を受けている状態のことを言います。



頸部が狭くなったら「頸部脊柱管狭窄症」、胸部が狭くなったら「胸部脊柱管狭窄症」、腰が狭くなったら「腰部脊柱管狭窄症」というように、狭くなる場所によって病名が変わります。



📌 手術後について

治療後は、背骨を支える腹筋や背筋、足の筋肉を鍛えることが非常に重要となるため、リハビリでは身体を動かす運動療法を行います。

外科的治療は専門医・指導医で

脊柱管狭窄症の外科的手術は、専門医による治療を推奨いたします。特に、日本脊椎脊髄病学会の指導医は、脊椎脊髄手術実績が300件以上且つ、そのうち執刀医としての症例が200件以上あることが条件であり、資格取得の条件が厳しいことが特徴です。さらに、日本脊椎脊髄病学会の指導医の

📌 脊柱管狭窄症の原因

主に、加齢、労働、あるいは背骨の病気による影響で、椎間板や腰椎が変形してしまうことが原因です。他にも骨粗しょう症や腫瘍が原因となるケースもあります。生まれつき脊柱管が細い人の場合は若いうちから発症することもあります。

📌 腰部脊柱管狭窄症の主な症状

- 「間欠性跛行」  
主な症状は、休みながらでないと歩けなくなる「間欠性跛行（かんけつせいはこう）」です。この症状は少し立ち止まれば歩けるようになったり、体勢を前屈みにすれば治ることが特徴です。
- 「神経症状」  
両下肢や臀部にしびれが生じることがあります。
- 「膀胱障害」  
尿失禁や排尿困難などの症状が生じることがあります。

数は神奈川県に109名、そのうち青葉区には5名となり、指導医のいる医療機関は限られてきます。そして、治療後には一日でも早く歩行開始ができる様、リハビリ環境の整った医療機関を選定することが大切です。

整形外科外来のご案内

当院には、脊椎専門の常勤医が1名在籍しております。毎週金曜午前中の外来を担当しておりますので、お困りの方は是非お気軽にご受診ください。

中島 崇之  
なかじま たかゆき

予約不要



医学博士  
日本整形外科学会専門医  
日本整形外科学会指導医  
日本脊椎脊髄病学会専門医  
日本脊椎脊髄病学会指導医

当院のリハビリ体制

当院には、リハビリ専門のスタッフが多数在籍しており、治療後も手厚く安心してリハビリを受けることができます。

理学療法士	64名
作業療法士	46名
言語聴覚士	17名

