

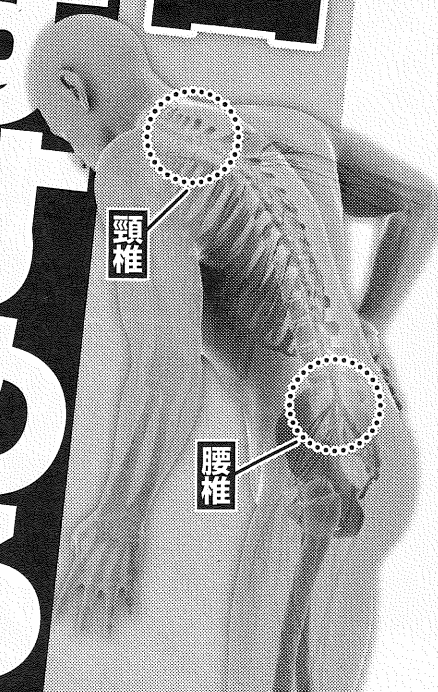
永久完全保存版

腰と首

本誌の名医がすすめる

実名と病院リスト

鳥集徹と本誌取材班



家事ができない、長時間歩けない、デスクワークで座っているのがしんどい——腰や首の痛みや不調はただちに命にかかわるものではないが、確実に私たちの日常生活を蝕んでゆく。しかし、治療したいと思っても一体どこで何をすればいいのかわからない。薬や注射、手術、はたまたストレッチと選択肢が広いゆえに迷う病院と医師選びを指南する。

寒波の到来がもたらすのはインフルエンザや風邪の流行だけではない。寒さで血管が収縮し、筋肉の血行や老廃物の流れが滞り、「肩こり」や「腰痛」の症状が出やすくなる。そもそも女性はこのこれらの症状に悩む人が多い。厚生労働省が行った調査によると、女性が感じている自覚症状のうち、最も多かったのが「肩こり」で、次が「腰痛」だった。ちなみに、男性は1位が腰痛で2位が肩こりだが、これらの症状を訴える人は女性の方が圧倒的に多かった(次ページグラフ参照)。

肩こりも腰痛もマッサージや湿布、痛み止めなどでしのいでいるうちはまだいい。だが、治療を受けても一向に痛みが治まらない人や、首の骨(頸椎)や腰の骨(腰椎)に異常をきたし、手足のしびれや神経痛に悩む人もいる。そのような場合に選択肢となるのが「手術」だ。どのような場合に手術を受けるべきなのか。また、後悔しない手術を受けるには、どんな医師を選ぶべきなのか。今回は、首と腰の「名医」に取材するとともに、彼らが推薦する医師のリストも掲載した。いざという時のために、ぜひ参考にしていただきたい。

●手術は「早く」の病院
●腰痛の8割以上が「原因不明」
●保存すべきが切れるべきか
●病院に行くべきかどこの線引きか

術を受けるには、どんな医師を選ぶべきなのか。今回は、首と腰の「名医」に取材するとともに、彼らが推薦する医師のリストも掲載した。いざという時のために、ぜひ参考にしていただきたい。

左から術野医師、伊藤全哉

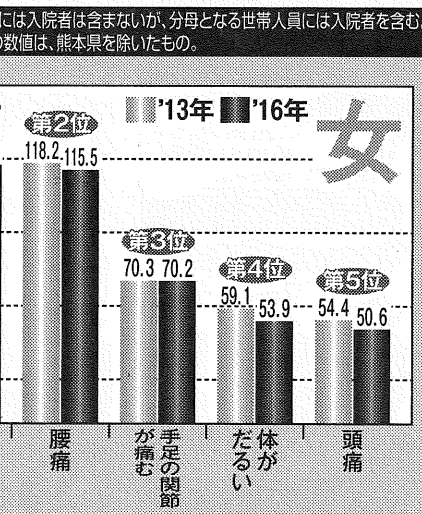
首や腰の手術の対象となる病気がいくつもあるが、患者数が多いのは、首では「頸椎症」(後縦靭帯骨化症)、腰では「脊柱管狭窄症」(椎間板ヘルニア)だ。また、女性は閉経後に骨粗しょう症になりやすいため、転んだ時などに脊椎を「圧迫骨折」することがあり、その手術が行われることも多い。

それらのうち、年を取るとともに増えるのが首の病気が多い。頸椎症は、首の骨の関節が変形したり潰れたりすることで起こる。また、後縦靭帯骨化症は、頸椎をつなぐ役割をする靭帯が骨のように硬くなる難病。いずれも脊髄や神経が圧迫されるために、首のこりや痛み、腕や手指のしびれ、筋力の低下、歩行障害などの症状が出る。腰に起きる脊柱管狭窄症も高齢者に多い病気だ。年を重ねるとともに脊髄の通り道が狭くなり、神経が圧迫されること

で、下半身のしびれや痛みが生じる。長時間歩いていると腰や足がしびれて痛くなり、しばらく休まないと歩けない「間欠性跛行」という症状が特徴的だ。

一方、20〜40代と若い世代に多いのが「椎間板ヘルニア」だ。背骨のクッションの役割を果たす椎間板という軟骨組織の一部がはみ出し、脊髄や神経を圧迫することで、痛みやしびれが生じる。腰に起こることが多く、その場合は下半身に症状が出るが、首に起こると肩こりや首の痛み、手のしびれ、歩行障害などが起こることもある。

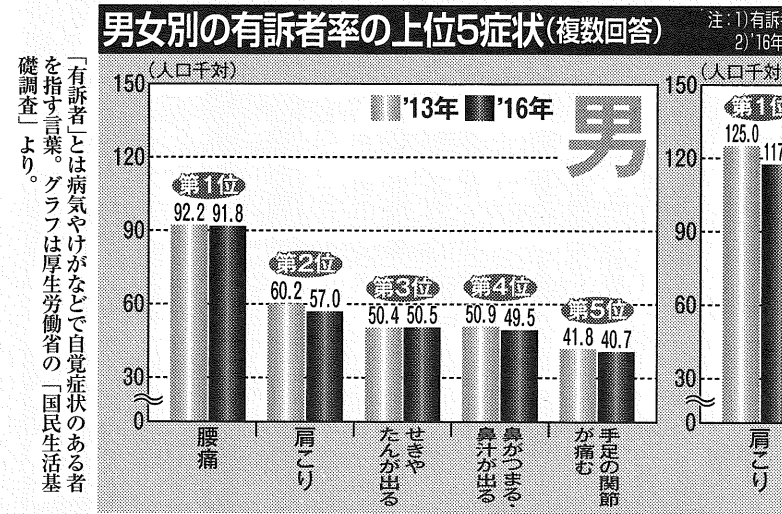
組む、あいちせぼね病院院長の伊藤全哉医師が解説する。「現在でも、脊椎の手術は皮膚を切り開いて行うのが主流です。しかし、傷が治るのに時間がかかるうえ、癒着や感染症などの合併症も懸念される。それに対し内視鏡を使った手術ならば、傷にはんそうこうを貼るだけで、翌日に退院できます。感染症もほとんど起こりません」



「有訴者とは病気がなくても自覚症状のある者を指す言葉。グラフは厚生労働省の「国民生活基礎調査」より。

ただし、従来の方法より手術が難しいだけでなく、機材をそろえるのに多額の資金も必要となる。そのため、背骨の手術をする医師の中でも内視鏡手術を行っているのは、まだ2〜3割ほどではないかと伊藤医師は続ける。「ですから、内視鏡による手術を受けるなら、経験が豊富な、熟練した医師の下で受けてください」

ただし、すべての手術が内視鏡で行える訳ではない。通常は、内視鏡で手術が可能なのは症状が軽度から中等度までと限られており、重篤な状態であれば皮膚を切り開いて行う術式が一般的だ。



「有訴者とは病気がなくても自覚症状のある者を指す言葉。グラフは厚生労働省の「国民生活基礎調査」より。

ただし、従来の方法より手術が難しいだけでなく、機材をそろえるのに多額の資金も必要となる。そのため、背骨の手術をする医師の中でも内視鏡手術を行っているのは、まだ2〜3割ほどではないかと伊藤医師は続ける。「ですから、内視鏡による手術を受けるなら、経験が豊富な、熟練した医師の下で受けてください」

本誌が取材した腰と首治療の名医

所在地	医師名	施設名(所属・肩書など)	所属施設の手術数						特色	
			頸椎症	後縦靭帯骨化症	頸椎椎間板ヘルニア	神経根症	脊柱管狭窄症	成人脊柱変形		腰椎椎間板ヘルニア
福島県福島市	紺野慎一先生	福島県立医科大学附属病院(整形外科教授)	11件	7件	1件	1件	82件	9件	21件	患者一人ひとりの生活に合わせ、痛みを抑えるための保存療法や手術療法を提案・実践する。「早く社会復帰できる」と評価が高い。
愛知県犬山市	伊藤全哉先生	あいちせぼね病院(院長)	35件	7件	12件	111件	902件	0件	789件	「できるだけ小さな傷で」をモットーに、内視鏡を駆使した最新技術で手術を行う。高い評価が伝わり、海外からも患者が来院するという。

スクープ掘
アンチ
聖子の沙也加
アノ雪不倫の代償

眞子小室まき 年末極秘帰国 無言の父母と緊急会談

初代天皇の陵墓に開かれた、その時
雅子 心づく足元の緊迫

ジャニーズ Jr. 高野山 2つの墓の謎
430円 12・19日

インフルノロ
風邪に効効果
冬**最強**食品15
まいだけ、量は0.1粒から

女性



BTS グラビア

沢尻が親友が全告白 彼女をハメた黒幕の正体

織田信成の保護者を告発 時モラハラ

今井絵理子と半クレ 疑惑の写真

涙活 涙を止める薬

あなたも やっている 市販薬の危険なのみ方

頭痛薬 胃薬 便薬



密着♥横浜流星

魚焼きグリル

大掃除大作戦

冷蔵庫 シミ抜き

スッキリ 達人のやり方

アノ雪2

8つの秘密

腰と首の痛み 名医が選んだ本当の名医15人

神田

眞子

年末極秘帰国

無言の父母と緊急会談

最強食品15

まいだけ、量は0.1粒から

永久保存版

魚焼きグリル

大掃除大作戦

冷蔵庫 シミ抜き

スッキリ 達人のやり方

アノ雪2

8つの秘密

腰と首の痛み 名医が選んだ本当の名医15人