



骨と関節をイメージした
整形外科アピールマーク

けい つい つい かん ばん

頸椎椎間板ヘルニア



「運動器の10年」世界運動

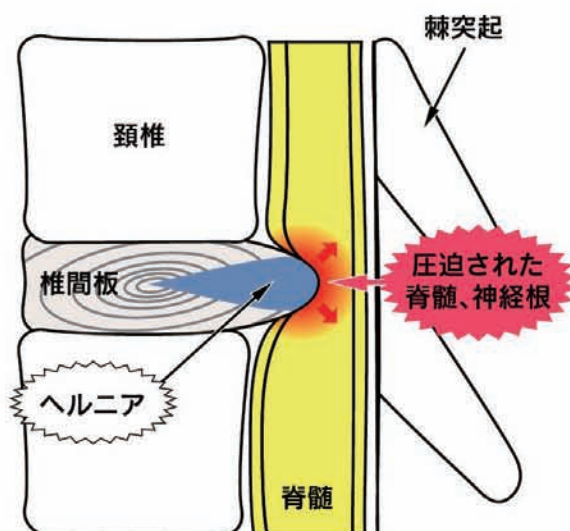
● 症状 ●

首や肩甲部、上肢に痛みやしびれが放散したり、ハシが使いにくくなったり、ボタンがかけづらくなったりします。また、足のもつれ、歩行障害が出ることもあります。まれに排尿障害や狭心症に似た胸部痛がみられます。



● 病態 ●

椎間板は背骨をつなぎ、クッションの役目をしています。その軟骨(髄核)が脊髄や神経根を圧迫し症状が出ます。



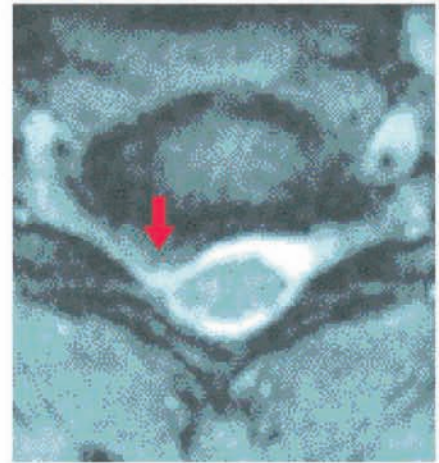
● 原因 ●

椎間板が加齢などで変性し、後方へ突出して起こります。30~50歳代に多く、しばしば誘因なく発症します。悪い姿勢での仕事や、スポーツなどが誘因になることもあります。



● 診断 ●

頸椎を斜め後方へそらせると上肢に放散痛がみられます。上肢や下肢の感覚が鈍いことや力が弱いこと、上肢・下肢の腱反射の異常、首の後屈制限などで診断します。さらに、X線(レントゲン)撮影やMRIなどの検査を行い診断を確定します。



ヘルニアのMRI

● 治療 ●

痛みが強い時期には、首の安静保持を心掛け、頸椎カラー装具を用いることもあります。また、消炎鎮痛薬の服用や、神経ブロックなどで痛みをやわらげます。痛みが少し軽くなれば牽引を行ったり、運動療法を行うこともあります。これらの方法でよくなる場合や、上肢下肢の筋力が低下したり、歩行障害、排尿障害が出れば手術を勧めます。



頸椎カラー装具



頸椎牽引

