

椎骨のずれで痛みやしびれを伴う 頸椎すべり症



脊椎すべり症は、脊椎(背骨)を構成する椎骨にずれが生じる疾患で、頸椎に生じると、頸部の神経組織を圧迫して脊髄症や神経根症といった神経症状、頸部痛など様々な症状が現れる疾患です。久留米大学病院整形外科・医学部整形外科学教室助教の吉田龍弘先生に、病態や検査・診断、治療法などを伺いました。

加齢からくる頸椎すべり症 違和感があれば早めの相談を

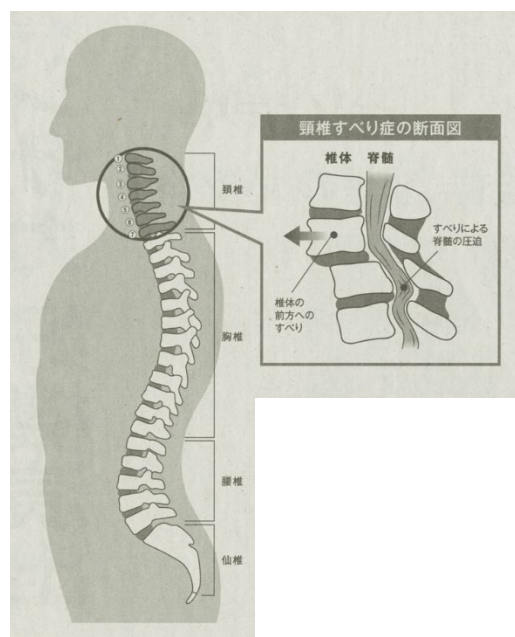
〔一脊椎と頸椎のすべり症とは〕

まず脊椎は、体を支え、動かし、また神経を保護する重要な器官です。一つ一つのブロック(椎骨)が連なり、上から順に7つの椎骨からなる頸椎、12個の胸椎、5つの腰椎、仙骨、尾骨で構成され、椎骨の前方が椎体で、その間にはクッションの役目をする椎間板があります。通常、椎骨は簡単に動きませんが、脊椎すべり症は背骨の関節(椎間関節)が変性したり、関節を支える靭帯が緩んだり、椎間板が変性したりすることによって椎骨がずれることで起きます。不安定性があり治療を要するすべり症は腰椎に好発しますが、程度の軽いすべり症は頸椎にもよくみられます。軽度の頸椎すべり症は加齢による年齢相応の変形として考えられますが、頸椎は脳から連なる頸髄を保護する部位ですので、ここにすべり症が生じ神経の圧迫が起こると上肢下肢と広範囲に神経症状を生じることがあります。

〔一原因や症状について伺います〕

加齢とともに椎間関節が変性・変形したり、関節を支える靭帯や関節包が緩んだり、椎間板機能が低下することによるいわゆる老化現象により、不安性になった椎骨がずれることが多いです。また、高度な外傷に伴い前述の組織が破綻して起こることもあれば、関節リウマチなど炎症性疾患により関節が破綻することによりすべり症を生じることがあります。

無症状のことも多いですが、後頸部から肩・背部にかけての痛み、肩こりなどは椎間関節からの関連痛として起こることもあります。進行して狭窄性の神経障害として脊髄症を呈することがあります。上肢から下肢にかけて広範囲にしびれや痛みが起こったり、上肢では細かい作業(ボタンをかける、箸で物をつまむなど)がしにくくなる巧緻運動障害や、下肢では筋肉の緊張が強クロボットのような歩き方(痙性歩行)など歩行障害を生じることがあります。上位頸椎ですべり症が生じると、呼吸で大きな役割をする横隔膜の動きが麻痺したりと呼吸障害などを呈することもあります。



〔一検査・診断はどのように?〕

問診や身体的所見で病状を確認し、単純X線(レントゲン)写真を撮り、とくに前屈位、後屈位でのX線像で不安定性の有無を確認します。神経の圧迫具合はMR I (磁気共鳴画像)検査で確認し、必要に応じてCT (コンピューター断層撮影)検査や脊髄造影検査なども行い、詳しい病態を把握します。

j

保存的加療を中心に 症例によって様々な手術法を選択

〔一治療についてお聞きします〕

病状により治療法は変わります。頸部痛や肩こりなどの症状の場合は保存的加療が中心です。頸部から肩にかけて温熱療法や牽引療法など物理療法を行い、消炎鎮痛薬も適宜使用していきます。肩周囲や肩甲骨周囲の筋肉を動かしてストレッチすることも必要です。頸部周囲の筋肉訓練をすることにより頸椎を安定化させることも治療の一助になります。

神経症状が増悪した際は手術を考慮します。神経の圧迫をとるための、前方除圧固定術、椎弓形成術に加え、必要に応じてインプラントを用いた固定術を併用します。まれに後頭骨から頸椎まで固定を要する場合があります。固定術は不安定性が解消される反面、可動域が低下しますので手術法の選択は個々の症例によって考慮します。

現在再生医療は研究段階ではあり、現時点では脊髄症に対する手術療法は神経の圧迫を解除したり、不安定性をなくしたりすることで、神経にとって回復しやすい良い環境を与えるもので、神経を再生するものではありません。画像上すべり症があったり、神経が圧迫されていたりしたら即手術が必要ではありませんが、特に脊髄症の症状が悪化している場合は手術のタイミングを逸することがないようにする必要があります。

〔一予防法やアドバイスをお願いします〕

頸椎すべり症に対して効果のはっきりした直接的な予防法はありませんが、日ごろから頸部周囲や肩甲骨や肩周囲の筋肉を動かして血行をよくしたり、筋力訓練やストレッチで重い頭を支える良質な筋肉をつけることが大切です。また、寒冷にともない筋肉や神経は炎症を起こしやすくなりますので、保温に努めることも大切です。

神経症状が出てきた場合は特に頸椎を後屈すると症状が増悪する場合があります。症状が増悪する姿勢はできるだけ避けるようにしてください。また、関節リウマチで上位頸椎にすべり症がある方は逆に前屈で症状が増悪する場合がありますので注意が必要です。

頸椎すべり症は加齢にともない通常の経過で起こりえるものですが、症状が増悪すると治療に難渋することがあります。気になる症状がある場合は早めに整形外科へ受診し、適切に治療や経過観察をしてもらってください。