

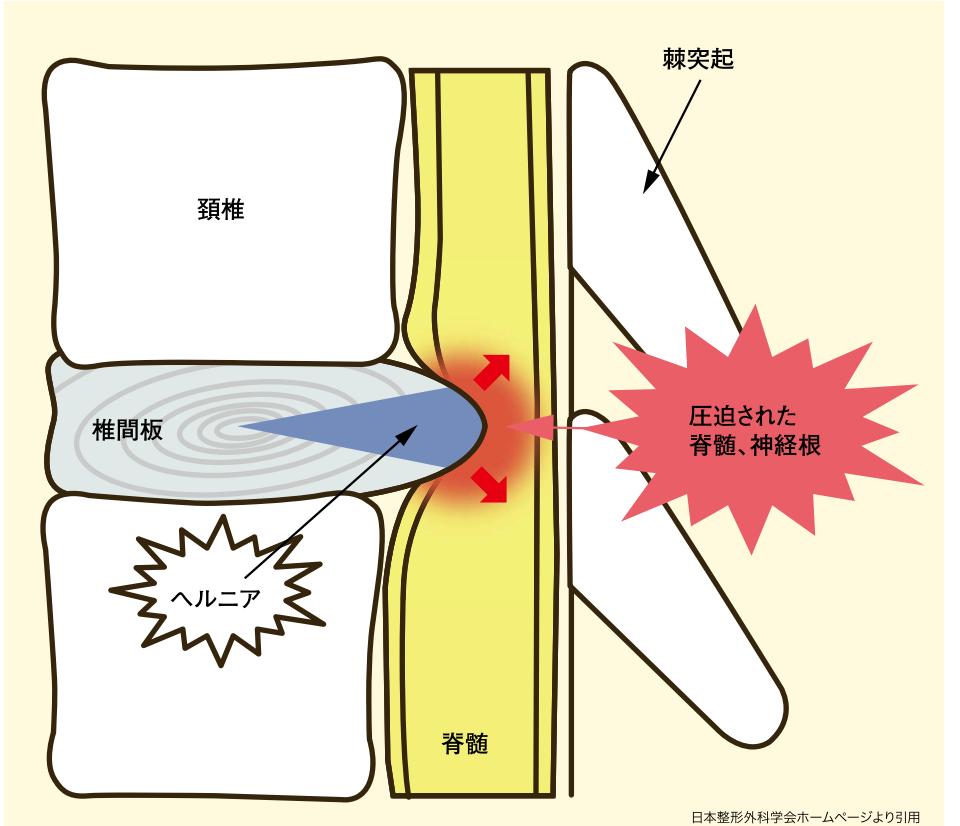
颈椎椎間板ヘルニア・颈椎症性脊髄症

手のしびれ・こういうときが危ない!?

弘前大学大学院 医学研究科 整形外科学講座 講師 熊谷 玄太郎

手のしびれは病気のサイン?

アと颈椎症性脊髄症を紹介します。



「しびれ」は手(指)や足、首、背中、肩、顔、腰など体のあらゆる箇所に生じます。しびれは治療が必要な場合と心配のないものがあります。

誰もが経験している長時間の正座で足がしびれるような場合は心配りませんが、しびれが生じている場合は心配になります。脳梗塞、脳卒中、高血圧、脂質異常症、糖尿病、心臓病、背骨の病気などが引き金となることがあります。本項では主に首の背骨(颈椎)が原因で手のしびれが生じる代

(1)原因と病態
颈椎椎間板ヘルニアは背骨をつなぐクツショーンの役割をしている椎間板が主に加齢により後方に飛び出し、神経組織を圧迫することで起こります(図1)。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。しかし誘因がないこともあります。好発年齢は30～50歳代です。

(2)症状
はじめに出る症状として

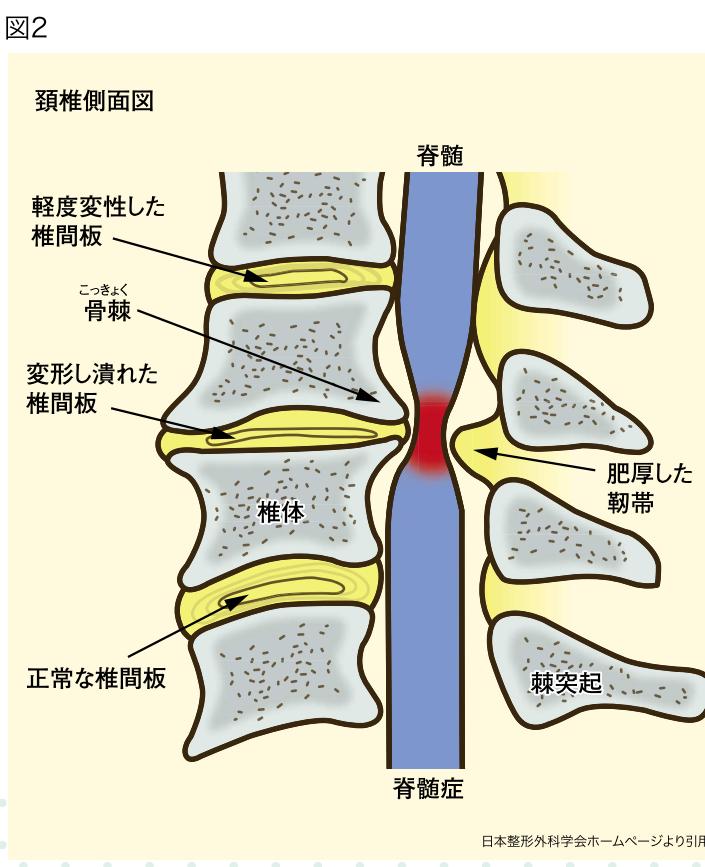
多いのは首の痛みや肩、腕に痛みやしびれです(神経根の障害)。重症になると箸が使いにくくなったり、ボタンがかけづらくなったりします。また、足のもつれ、歩行障害が出ることもあります(脊髄の障害)。

(3)診断
颈椎を後方や斜め後方へそらせると腕や手に痛み、しびれが出現(増強)します。その他、手足の感覚や力が弱いこと、手足の腱反射の異常などで診断します。MRIで神経根や脊髄の圧迫を確認し診断を確定します。

(4)治療法
痛みが強い時期には、首の安静保持を心掛け、颈椎カーラー器具を用いることもあります。また、鎮痛消炎剤の服用や、神経ブロックなどで痛みをやわらげます。症状に応じて牽引療法を行ったり、運動療法を行ったりするこ

ともあります。これらの方で症状の改善がなく、上肢・下肢の筋力の低下が持続する場合、歩行障害・排尿障害などを伴う場合は手術的治療を選択することもあります。颈椎椎間板ヘルニアは、一部の種類では3ヶ月ぐらいで自然に小さくなることがあります。腕から手にかけて強い痛みしびれが長く続く場合、手に力が入りにくくなったり場合、歩いていると躊躇(つまづき)やすくなったりした場合は整形外科をすぐに入院受診することをお勧めします。

(5)整形外科受診の目安



よつて、颈椎の脊柱管(骨の孔)の中にある脊髄が圧迫され、症状が出る病気です(図2)。日本人は脊柱管の大きさが欧米人に比較して小さく、「脊髓症」の症状が生じやすくなっています。

颈椎症性脊髄症も初めに出る症状として多いのは、手足のしびれです。症状が進行すると、ボタンのはめ外し、お箸の使用、字を書くことなどが不器用になつたり、歩行で脚がもつれるような感じや階段で手すりを持つようになつたりという症状が出ます(図3)。比較的若年の方であれば、かけ足やケンケンをしくくなるなどの軽度の症状を自覚できますが、高齢者では気づくのが遅れる場