

腰椎椎間板障害の症状は？痛みは？

高知スポーツドクター協議会 川上照彦

【はじめに】

今まで腰痛を理解するために、腰椎の構造、脊柱周辺の神経の分布、椎間板障害の病態について述べてきました。今回は、腰椎に椎間板障害がおこるとどのような症状をきたすのか、今まで述べてきた腰椎の構造、神経分布をふまえて考えてみたいと思います。

【椎間板障害は何故痛い？】

椎間板が図1の矢印の様に、後方に膨隆すると椎間板を後ろから支え守っている靭帯(後縦靭帯)が押し広げられた形になります。そうするとそれだけで神経そのものを直接圧迫しなくてもお腰に痛みを生じます。この時、痛みを感じる場所は腰椎の後方から臀部にかけてです。次に、椎間板が後ろへ大きく突出すると神経そのものを圧迫し、神経痛をおこします。この時の症状としては、お腰の痛みに加え、大腿の後面か

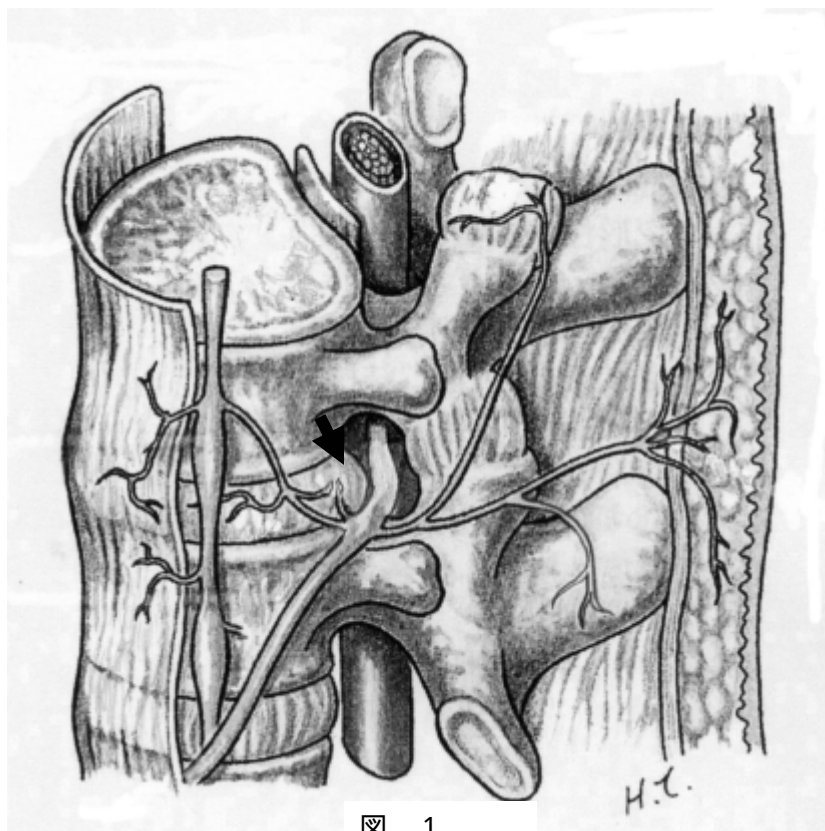


図 1

ら足の方まで痛みがはしることになります。いわゆる坐骨神経痛です。椎間板障害による痛みは、椎間板に圧力が強くかかる姿勢、立位前屈位やクシャミ、咳をしたときに強くなるのが特徴です。

【坐骨神経痛の症状はどこで？】

坐骨神経障害の症状は、椎間板がどこに出たかによって異なります(図2)。L3 - 4間の外側に近い所に出ればL4の神経が障害され、図3のように下腿から足部の内側にかけて痛みやしびれをきたします。L4 - 5間の場合はL5神経根障害となり下腿～足部前面にかけて症状が出、足首をそらせる力が弱くなることがあります。L5 - S1間ではS1神経根障害として足部の外側にしびれや痛みを生じ、程度が強いときは足首を底屈、即ち、

つま先立ちする力が弱くなります。また、椎間板の突出、いわゆるヘルニアが真ん中近くに出ると、一つだけでなく幾つかの神経根障害を生じることがあります。腰椎椎間板ヘルニアの特徴の一つとして、図4のように足を真っ直ぐ伸ばしたまま挙げることができなくなることがあります。これは他の人に手伝ってもらっても同じで、痛みとともにまるでロックがかかったように途中から足が挙がらなくなります。坐骨神経が引っ張られ症状が強くなるためと考えられています。

次回は椎間板障害の治療について述べたいと思います。

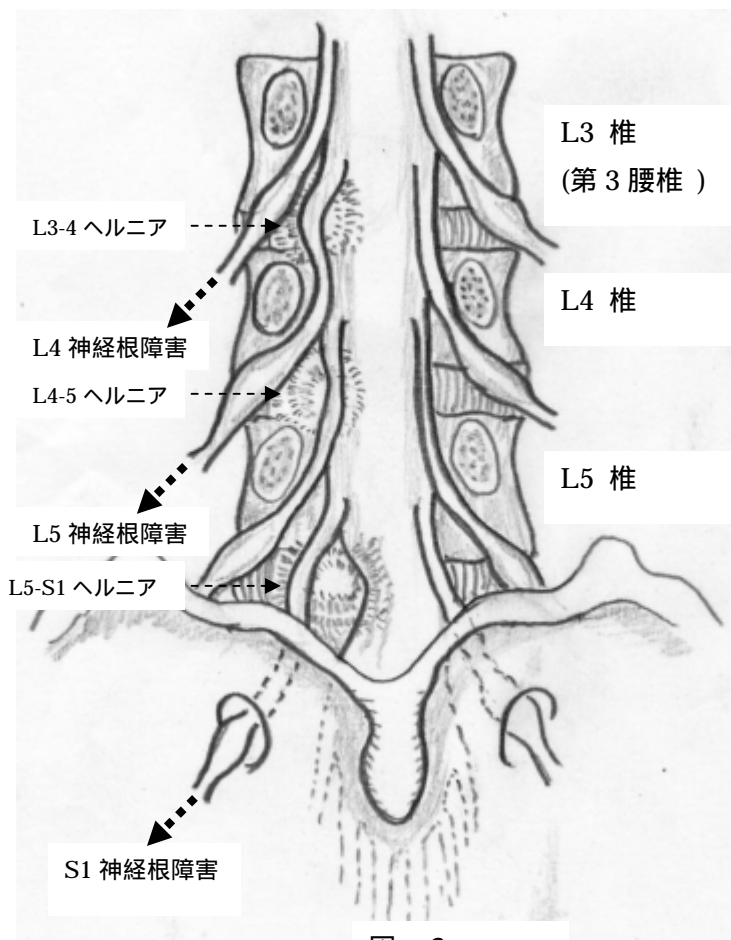


図 2

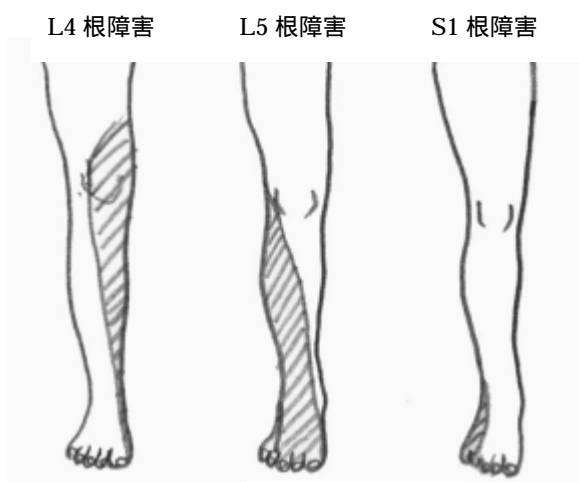


図 3

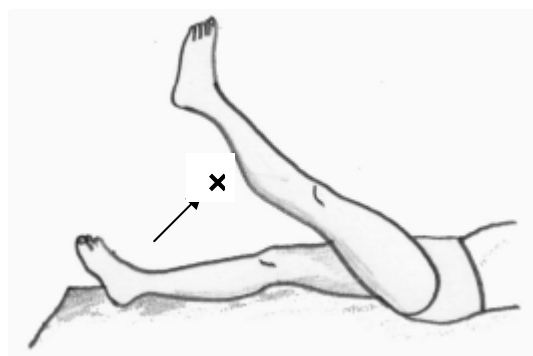


図 4