



整形外科で正確な診断を

【18】

会津医療センターの

教えて、先生!

Q 猫背が気になっていま
す。カルシウム不足が原因でし
ょうか? (猪苗代町 女性 65
歳 H・Oさん)

A 猫背になる原因として最
も多いのは、骨が弱くなる病気、
すなわち骨粗しょう症による背
骨の骨折(椎体骨折)です。特
に転倒などの外力が加わらなく
とも骨が弱くなり、日常生活の

気になる猫背原因は

中で痛みもなく自然に骨がつぶ
れていく、いわゆる「いつの間
にか骨折」を繰り返しているう
ちに、自然に背中が丸くなって
いくものです。

これに対しては、骨粗しょう
症の治療が必要となります。近
年、骨粗しょう症に対するさま
ざまな治療薬が開発され、正確
な診断に基づく適切な治療を受
けることによって、骨粗しょう
症は治せる病気となっております。

また、骨が弱くなくても、前
かがみでの仕事や中腰での重た
い物の持ち上げ作業といった仕
事を長年続けているうちに、椎
間板の変性や骨の変形が起こ
り、猫背になっていくものもあ

ります。

これに対しては、生活習慣の
改善、背筋の筋力強化や姿勢改
善といった運動療法で改善が得
られることがあります。それで
も猫背が進んで、日常生活に支
障を来す場合には、最終的な手
段として手術による矯正も選択
肢として挙げられます。

いずれにせよ、ご自分が猫背
かもしれないと思われた際に
は、ぜひ、整形外科を受診して
いただき、正確な診断をもとに
治療を受けていただくことをお
勧めします。(整形外科・脊椎
外科学講座准教授 岩淵真澄)
【毎月第2日曜日、福島医大
会津医療センターの協力で掲載
します】