

どうしました

座骨神経痛がひどい

82歳男性。10年前に脊柱管狭窄症の手術を受けました。3年ほど前から座骨神経痛による腰の痛みがひどくなり、悩んでいます。とくに気温の低い日は、歩くのもつらく、庭仕事ができません。どの程度の症状なら手術をしたほうがよいのか教えてください。（奈良県・I）

Q 座骨神経痛とは。

A 背骨から出た何本かの神経が合わさり、腰から足先までつながる太い神経の座骨

Q 原因は。

針で刺されたように感じるなど、様々な痛みが出ます。

Q 原因は。

A 様々ですが、腰部脊柱管狭窄症の場合が多いです。神経が圧迫されて痛みが生じます。病名ではなく症状で、下肢痛の代表的なものです。

Q 背骨の中にある脊柱管が、骨や椎間板の劣化・変形で狭く

なり、神経を圧迫します。ほかに椎間板ヘルニアも原因の一つです。背骨をつなぐ椎間板という軟骨が劣化して飛び出し、神経にあたります。こ

れらは加齢で生じやすくなりますが、因縁関係は明らかになつていません。ただ、寒いと血

流が悪くなり、神経の通り道が欠ける腰椎分離症では10代後半もあります。原因が多様な

Q 手術の必要性は。

A 買い物に行きたい、農

作業がしたいけれど痛くてで

きないなど、自分の生活の質

に影響が出ているのなら、医

師への相談を勧めます。症状

が悪化すれば排尿や排便が困

難になり、失禁してしまった場

合もあります。原因が多様な

ので、MRIで調べてもら

い、手術でよくなるケースな

ども座骨神経痛が生じます。

Q 手術の必要性は。

A 買い物に行きたい、農

作業がしたいけれど痛くてで

きないなど、自分の生活の質

に影響が出ているのなら、医

師への相談を勧めます。症状

が悪化すれば排尿や排便が困

難になり、失禁してしまった場

合もあります。原因が多様な

ので、MRIで調べてもら

い、手術でよくなるケースな

ども座骨神経痛が生じます。

答える人



白土 修さん
しらど おさむ

福島県立医科大学津医療センター
副病院長
福島県会津若松市

なり、神経を和らげるには。同じ姿勢を長時間続けないことが大切です。前かがみが長ければ、定期的に背伸びなどのストレッチをしてください。寒いと痛みが出るという患者の声を多く聞きますが、因果関係は明らかになつていません。ただ、寒いと血流が悪くなり、神経の通り道が圧迫されることが一因と考えられ、患部を温めることで緩和効果があるとされます。必要に応じてコルセットを着けるのも効果的です。

Q 手術の必要性は。

A 買い物に行きたい、農作業がしたいけれど痛くてできないなど、自分の生活の質に影響が出ているのなら、医師への相談を勧めます。症状が悪化すれば排尿や排便が困難になり、失禁してしまった場合もあります。原因が多様なので、MRIで調べてもらいたい、手術でよくなるケースなのか医師に聞きましょう。