

11-4 脊柱管狭窄症〔せきちゅうかんきょうさくしょう〕 後縦靱帯骨化症〔こうじゅうじんたいこっかしょう〕

- ◇脊柱管狭窄症—脊髄が通っている脊椎の穴で構成される脊柱管が、加齢に関係して狭窄することによって、脊髄の神経が圧迫され、腰痛、足の痛みやしびれ、歩行障害などを来す疾患。
- ◇後縦靱帯骨化症—脊柱管のなかで、脊椎の後部の靱帯が加齢に伴い硬く骨状になる疾患。首の頸椎に生じやすく、高齢者にもまれではない。

主な症状	<ul style="list-style-type: none"> ● 上肢や下肢にしびれや痛み、あるいは脱力感が現れる。 ● 歩行時に休んでは歩くといいた歩行（間欠性跛行）になる。 ● 排尿や排便の障害を伴うことがある。 ● 転倒などで症状が急に悪化することがある。
------	---

生活上の留意点	<ul style="list-style-type: none"> ● 背中を反らせる姿勢は症状が出やすくなる為、前かがみの姿勢で症状を和らげる。 ● 適度に身体を動かし、腰部・背部の筋力を鍛える運動を行う。 ● 規則正しい食生活と適度な運動で肥満の予防と改善を行う。 ● 転倒予防を徹底する。
---------	--

ケアマネジメントのポイント	<p>〈支援者の留意点・視点〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 「歩いているとしびれる」などの言葉を見逃さない。（腰痛や痺れに気をつける） ● 頸椎に無理な外圧がかかると麻痺症状が増悪する為、後ろから急に押されるなどの事故に注意する。 ● 適度な運動も必要であるが、痛みのある箇所に過度な負担がかからないようにする為、体重増加には充分注意する。転倒予防を徹底する。住環境の整備、特に夜間トイレまでの間の足元を明るくするなどの工夫が必要。 <p>〈介護サービス事業者・医療関係者との連携のポイント〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 規則正しくバランスのとれた食事が取れているかを、家族・訪問介護事業所と連携して確認する。体重管理等も自宅・通所介護等で行なう。 ● 痺れ感・痛みなどについては早期受診等で軽減を図る。 ● 無理に背筋を伸ばしたりしないように、手押し車なども有効。 <p>〈活用できる福祉サービス等〉 後縦靱帯骨化症—特定疾患患者の医療費助成制度 ※資 1-5 参照</p>
---------------	--

代表的な薬	<ul style="list-style-type: none"> ● プロスタグランジンE1製剤（オパールモン）
-------	---