



心
最高の
設備 技術
最前線医療を行う

脊椎外科のスペシャリスト医師による
短時間、傷口極小の手術で早期に痛み軽減

脊椎圧迫骨折の新しい治療法「BKP」
バルーン&骨セメントで骨折前の状態に

高 齢化に伴い増加傾向にある骨粗しょう症。骨がもろくなる
と、体の重みに耐えられず、何かの弾みで脊椎が押しつぶ
されることがある。これが脊椎圧迫骨折。患者の負担軽減をモツ
トとする西の京病院整形外科では、最新の治療法「BKP」を
実施し、患者のQOL（生活の質）を向上させている。BKPの
第一人者、整形外科の藤井渉医師に話を伺った。

脊椎圧迫骨折の原因と症状

現在わが国には1300万人の骨粗しょう症患者がいるとされ、年間90万人が発症しているという。骨粗しょう症が進むと骨密度の低下に伴い、骨折しやすくなる。尻もちやくしゅみ、ちよつとした転倒などで脊椎（背骨）が押しつぶされるように変形してしまうのが脊椎圧迫骨折だ。

通常は背中や腰に激しい痛みを伴うが、中には痛みを感じず骨折に気づかない場合も。放置すると他の椎体にかかる負担が大きくなり、次の骨折が起きやすくなる。また、背中が曲がると胸や胃への圧迫から肺活量や食欲の減少で身体機能の低下や、寝たきりになる可能性も出る。

脊椎圧迫骨折の治療

保存的療法

コルセットやギプスで固定して安静を保ち、痛み止めや骨粗しょう症の薬で治療を待つ。

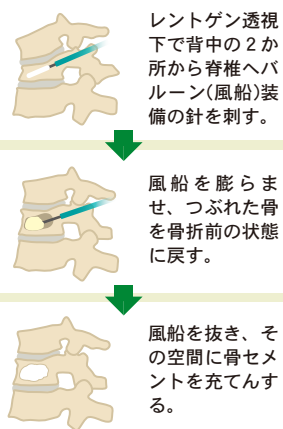


外科的療法

【固定術】：手術（背中を切開）で骨を移植したり金属製のねじや棒で骨を固定したりする。

【BKP (Balloon Kyphoplasty) 経皮的椎体形成術】

：脊椎圧迫骨折によりつぶれた椎体を、骨折前の形に近づけ椎体を安定させ、痛みを和らげる治療法（保険適用）。短時間の手術で早期に痛みの軽減が行え、生活の質（QOL）の向上が期待できる。



●手術時間は約1時間、骨セメントは術中に固まり（傷口は約1cm大が2か所）、翌日から離床可能
※BKP対象者：骨粗しょう症による脊椎圧迫骨折の患者で、保存的治療で痛みが改善しない人。ただし、骨折した骨の数や形、患者の健康状態によりできない場合も。



脊椎圧迫骨折の予防

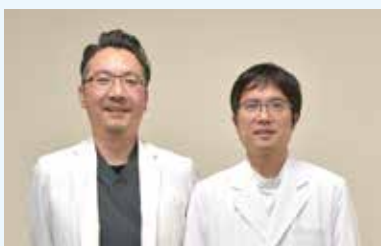
脊椎圧迫骨折の予防は、その原因となる骨粗しょう症になるのを防ぐこと。そのためには骨を丈夫にするための食生活が大切で、骨の材料であるカルシウムや骨の代謝を支えるビタミンD、骨の形成に必要なビタミンKなどを積極的に摂取すること。同時にウォーキングやジョギングなど、適度な運動を続けること。

【骨を強くする食品】

- 牛乳（カルシウム）
- 青魚（ビタミンD）
- 納豆（ビタミンK）
- 海藻（ビタミンK）
- 日光浴でビタミンDの活性化

66歳の頃の骨密度は、平均値帯の下部ギリギリ。それが1年後、帯の中ほどまで上昇。「生活変わりましたか?」と尋ねられ、「納豆嫌いだったのが食べられるようになった。メカブとちりめんじゃこに薬味などを加えて週3~4回食べ始めました。山登りも始めました」と答えると、「ソレです!」とほめられました(**) ヤーさん(70歳)

骨は常に作られながら壊されています（新陳代謝）。そのバランスが崩れるのが、女性は20歳代から。無理なダイエットは禁物、バランスの取れた食事と運動で若い時に骨量のピークを上げておきましょう。



整形外科部長・脊椎センター長
向井 克容 医師
MUKAI KATSUHIRO

【専門】
脊椎外科・内視鏡脊椎外科
（腰椎すべり症、腰部脊柱管狭窄症・椎間板ヘルニア・頸髄症）
The Best Doctors in Japan
2012~2019に連続選出

整形外科医長
藤井 渉 医師
FUJII WATARU

【専門】
整形外科・脊椎脊髄病
BKP認定

加齢に伴い骨のリスクは大きくなります。脊椎圧迫骨折のほかに脊柱管狭窄症、椎間板ヘルニア、腰椎すべり症など、いろいろ出てきます。でも老化現象だからとあきらめずにご相談を。症状にあったベストな治療法や予防法を提案します。

