

脊椎センター

脊椎外科の専門医による正確な診断と治療  
短時間、傷口極小手術で腰曲がりを改善



心  
最高の  
設備 技術

最前線医療を行う

整形外科でみる高齢者の腰曲がりは、主に2つの原因によって起こる。一つは年齢とともに椎間板が傷んで起こるもの（後彎症）。もう一つは骨粗鬆症により骨折が起こり、次第に骨折した背骨がつぶれてきて生じるもの（脊椎骨折後後彎変形）。腰曲がりが始まると背骨のバランスが悪くなり、体を支えるために背中の筋肉



背骨は四角の硬い骨（椎骨）とやわらかい軟骨（椎間板）から成っている。若い人の背骨は通常、正面から見たら真っ直ぐだが横から見るとゆるやかなS字状になっている。（図1）

脊椎の新しい治療法「X-LIF」を導入  
体への負担を少なく背骨のずれや曲がりを矯正

**高** 齢になると次第に腰が曲がってきて腰痛を起こしたり、体を支えられなくなり杖が必要になったりする方が多くいる。患者の負担軽減をモットーとする西の京病院では脊椎センターに最新の腰椎固定術「X-LIF」を導入。腰曲がりの進行の予防策および最新治療法について、そのスペシャリスト、副センター長の吉田真医師に話を伺った。

高齢者の腰曲がりによる腰痛の原因

に強い負荷がかかって、腰痛や腰部疲労感が起こる。

腰曲がりには女性ホルモンが関与していると言われており、60〜80歳代の女性に多くみられる。

腰痛対策と治療

● 軽い腰曲がり…保存療法

背骨の柔軟性を獲得し背骨中の筋力をつけるため、背骨を伸ばす体操や腹筋・背筋の筋力訓練を指導。痛み程度により鎮痛剤やブロック注射、コルセット装着なども考慮。

● 強い腰曲がり…手術適応

短時間しか歩行できない、おなかがかえて胃の不快感や胸やけなどの症状。

低侵襲手術で曲がりを矯正

側方アプローチ椎体間固定術 X-LIF

extreme Lateral Interbody Fusion

背骨の矯正手術は大きな手術だが、医療技術の進歩で、より体に負担が少ない手術（側方アプローチ椎体間固定術 X-LIF）が可能になってきた。脇腹を4センチ程度切って筋肉と神経をよけながら内視鏡のような筒を入れ、腰曲がりの原因となる傷んだ椎間板または骨折した背骨を除去し、代わりに人工骨を挿入して腰曲がり

足腰の症状でお悩みの方、  
老化現象とあきらめないで！

高齢者の歩行時の「腰痛の代表的疾患は腰部脊柱管狭窄症」ですが、「腰曲がりによる腰痛」との鑑別は重要です。簡単に言うと、前かがみになると症状が楽になるのが前者で、逆に腰を伸ばしたくなるのが後者と考えられます。検査で見分けて適切な治療をすれば痛みから解放され、QOL（Quality of Life）/生活の質の向上を図れますので、老化現象だからとあきらめずにご相談ください。（吉田）

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

脊椎センター副センター長  
吉田 真 医師  
Yoshida Makoto  
【専門】  
整形外科・脊椎外科  
脊椎脊髄病・腰部脊柱管狭窄症  
脊柱変形・骨粗鬆症性椎体骨折  
BKP認定・XLIF認定

藤井 渉 医師  
Fujii Wataru  
【専門】  
整形外科  
脊椎脊髄病 BKP認定

図2 傷んだ椎間板を人工骨に入れ替え、腰曲がりが改善



図3 背骨の圧迫骨折に伴う腰曲がりの矯正



を矯正。さらに腰の後ろからネジとロッドで固定するものだ。（図2・図3）  
**メリット** 骨を削らないので術後の痛みも少なく、背  
中側の筋を傷めないのが術後の痛みを軽減。  
大きな人工骨設置が可能で安定性が良い。  
※欧米では15年前に導入、日本では2013年に承認。  
限られた医師と施設のみで実施中。

翌日から起立・歩行可能（コルセット着用）だが、骨が癒合するまで約半年は腰を曲げる動作が制限されるので、脊椎専門医と相談の上、治療方針を決める必要あり。