

こちら

子どもスポーツ診療室



5

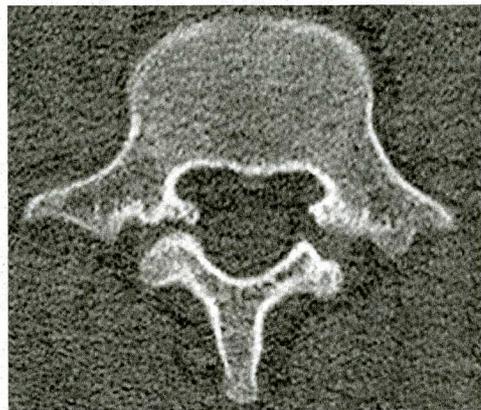
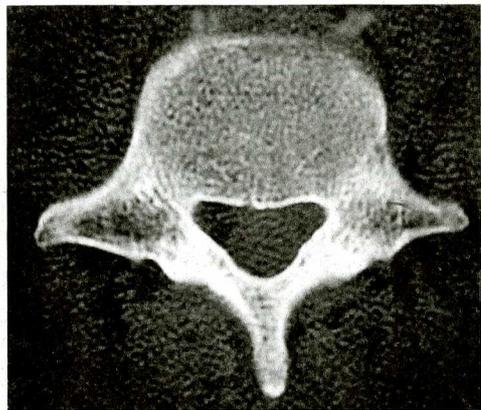
バレーボールやサッカー、野球など、腰を後ろに反らしたり、ねじったりする動作が多いスポーツをしている子どもが、腰痛を訴え始めたら要注意だ。腰にかかる過度のストレスが主な原因の「腰椎分離症」の疑いが



酒井紀典医師

ある。放置すると、生涯にわたって腰に痛みを抱えたまま過ごす可能性もある。徳島大学病院の酒井紀典医師(整形外科)に原因や治療法、予防策について聞いた。

腰椎分離症



【上】正常な腰椎のCT画像【下】骨が分離してしまった腰椎の画像(徳島大提供)

骨が動いて神経刺激



含め、引き続き研究を進めたい」と言う。

発症初期は腰椎の骨髄内に充血やむくみが現れ、徐々に骨が折れ始める進行期を迎える。終末期には完全に骨が折れてしまい、骨折部分の骨が硬化。骨が関節のようにグラグラと動いて近くに



【上】しゃがんだ状態で両足首を握り、胸と太ももをくっつける【下】膝をゆっくりと限界まで伸ばして、5秒程度姿勢を保つ

ある神経を刺激し、腰痛だけでなく、下半身の痛みやしびれを引き起こすこともある。さらに、骨が成長過程の小学生らは腰椎同士がずれる「分離すべり症」へと進展する場合もある。中高年になって腰痛が悪化したり、座骨神経痛になったりするケースがある。注意が必要

初期から進行期にかけての治療は、骨の修復を目的にした保存療法が基本。スポーツを中断させ、腰にコルセットを装着するなどして治療する。終末期になると、保存療法で骨は修復しないため、内服薬や湿布などによって腰痛を和らげる疼痛管理が中心になる。酒井医師は「終末期になると骨を元通りにするのは難しいだけに早期発見、早期治療が大事。スポーツをする子どもで、腰を反らすなどして痛みがあったら、早めに専門医に診てもらってほしい」と呼び掛ける。

(萬木竜一郎)