

こちら

子どもスポーツ診療室



5

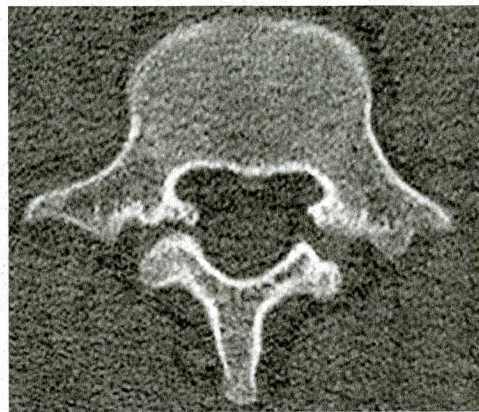
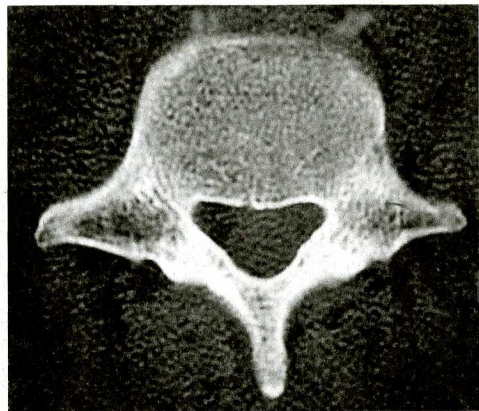
バレーボールやサッカー、野球など、腰を後ろに反らしたり、ねじったりする動作が多いスポーツをしている子どもが、腰痛を訴え始めたら要注意だ。腰にかかる過度のストレスが主な原因の「腰椎分離症」の疑いが



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さなければならぬ可能性もある。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見られ、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

だ。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。

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。注意が必要だ。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)