

2カ月余り前の晩、突然左上腕を何本もの針でグサグサと突き刺されるような痛みに襲われました。数分で治まりましたが、翌日以降も2、3回同じ痛みがあり、今も鈍痛があります。この痛みは誰でも起こるのでしょうか。原因は何でしょうか。(73歳、女性)

### 頸椎症



助永憲比古医師

左上腕の針で突き刺すような痛みということですので、頸椎由来の痛みを考えます。頸椎症といわれ、加齢による椎間板や骨の変形、靭帯の骨化

## 骨の変形 エックス線で確認を

などが原因となり、脊髄の神経が圧迫されることで痛みやしびれが出現する疾患です。首だけでなく肩周囲や上肢に症状がみられるのが一般的ですが、神経の圧迫される場所と程度によつては、歩行障害など下肢まで症状が出現することもあります。

ただ、肩の腱板損傷や帯状疱疹による神経痛、胸郭出口症候群、脳梗塞、がんなどの悪性疾患、まれに狭心症などの心臓疾患でも腕が痛むこともあるので注意が必要です。

まずは頸椎の評価のため、エックス線で骨の変形を確認し、筋力の低下がないか、腱の反射が高まっているかなどを診察

続したりする場合は神経ブロックを行います。

神経ブロックとは、エックス線や超音波を用いて、痛みやしびれの原因となっている神経の周囲に、局所麻酔薬やステロイドを注射し、神経の炎症を鎮める治療法です。手の動かしにくさやまひ、歩行障害などを伴う場合は手術が検討されます。

必要があればMRIで脊髄神経の圧迫の有無を調べたり、神経伝達速度を測定したりします。治療はビタミン剤や消炎鎮痛剤、神経障害性疼痛治療薬、ステロイドなどの内服や運動療法を行い、痛みが強かったり、持

高齢者に多い疾患ですが、最近では若年者でも発症することが増えています。パソコンやスマートフォンでの長時間使用で、下を向く姿勢が続く、首周囲の筋肉に常に負担がかかることや、ストレートネックといった頸椎のバランスが不整になることが原因です。

予防には定期的な運動や、同じ姿勢を長時間続けないようにするなど、日ごろの心がけが重要です。症状が続く場合はペインクリニックや整形外科など専門医を受診してみてもいいでしょうか。

(兵庫県麻酔・ペインクリニック 医会、助永憲比古 尼崎市、すけながペインクリニック院長)  
◇第1、3、4日曜に掲載します。