

昨年、首を動かすと痛くなり、近くの病院で「老化による頸椎の変形」と診断され、吸盤様のものを当てる治療を受けました。今年に入って別の病院で牽引などを、さらに別の病院で理学療法を受けましたが、痛みは取れません。今後どうすればいいのでしょうか。(80歳、女性)

変形性頸椎症



牽引や投薬、程度で異なる治療法

す。中高年以降で多く、誰にでも生じ得る身近な疾患です。場合によっては変形した骨が神経を圧迫し、片側の腕や手に痛みやしびれを引き起こすことがあります。これを「変形性神経根症」といいます。さらに悪化して脊髄が圧迫さ

れると「頸椎症性脊髄症」となり、手足のしびれや歩行の不安定感、両手で細かい動きがしづらくなるなど、日常生活に大きな影響を及ぼす場合があります。治療は症状の程度によって異なります。一般的には相談の方が受けられているよう

な牽引などの物理療法やリハビリといった非外科的治療が行われます。痛みが強いときには鎮痛薬や筋肉の緊張を和らげる薬、神経症状を伴う場合は神経の痛みを効く薬が使われます。脊髄症へ進行したケースでは神経の圧迫を取り除く手術が必要となること

があります。変形性頸椎症の治療は長引くことも多いため根気よく続けることが大切です。予防には適度な運動と正しい姿勢を心がけることが重要です。また喫煙や肥満は変形性頸椎症と関連していることが分かっており、禁煙や体重

管理も有効です。最近はずえのスマートフォンを長時間使用する生活習慣が、首に大きな負担をかけることも問題視されています。なお、強い痛みが続く場合や、安静時の痛み、発熱を伴うときには、悪性腫瘍や感染症といった別の重篤な病気の

可能性があります。変形性頸椎症の治療は長引くことも多いため根気よく続けることが大切です。予防には適度な運動と正しい姿勢を心がけることが重要です。また喫煙や肥満は変形性頸椎症と関連していることが分かっており、禁煙や体重

可能性があります。変形性頸椎症の治療は長引くことも多いため根気よく続けることが大切です。予防には適度な運動と正しい姿勢を心がけることが重要です。また喫煙や肥満は変形性頸椎症と関連していることが分かっており、禁煙や体重

可能性があります。変形性頸椎症の治療は長引くことも多いため根気よく続けることが大切です。予防には適度な運動と正しい姿勢を心がけることが重要です。また喫煙や肥満は変形性頸椎症と関連していることが分かっており、禁煙や体重

◆第1、3、4日曜に掲載します。

(兵庫県医師会・有住文博Ⅱ
西宮市、兵庫医科大学整形外科
講師)