

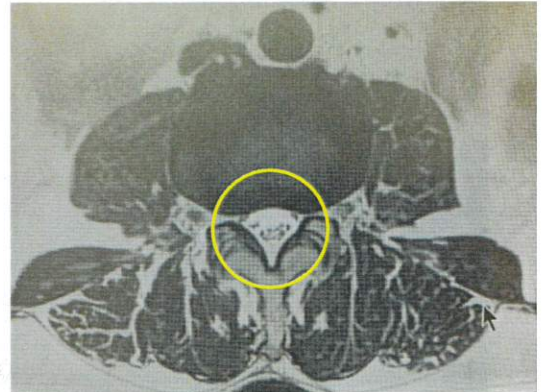
## ◆残暑お見舞い申し上げます

皆様、猛暑が続く毎日ですが、お元気でいらっしゃいますか？  
今日は、腰や足の痛みについてお話ししましょう。



## ◆腰や下肢の痛みの原因

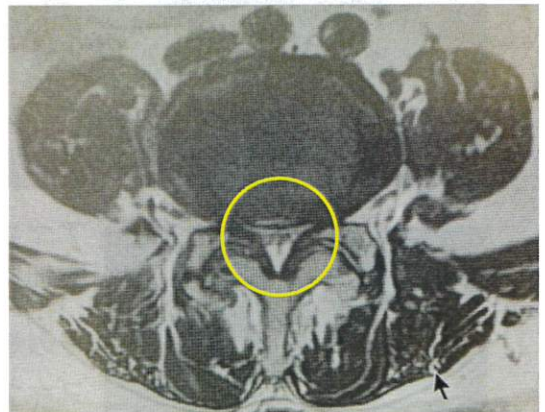
腰痛や下肢痛の原因は色々あります。当院の来院患者様の6割は腰・下肢痛の患者様です。原因で多いのは、腰椎椎間板ヘルニア、腰部脊柱管狭窄症、腰椎すべり症、変形性腰椎症、圧迫骨折などです。10代の若い方がヘルニアになることもあります。多くは、年齢に伴う腰椎の変形が原因です。長年、腰を使っていると、腰の骨も変形し、骨と骨の間にある椎間板も傷んでいきます。こうした変形した組織が神経に当たって神経に傷がつくと、腰や足に痛みが起きます。



① 正常な脊髄

①は正常の脊髄です。②は腰部脊柱管狭窄症、③は腰椎椎間板ヘルニアです。違いがわかりますか？

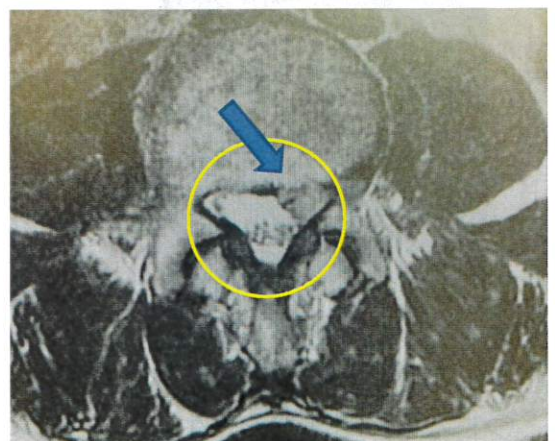
一度狭くなった脊髄が広くなることはありません。神経や血管がいつも圧迫されるので、血流不足となり、神経も傷みやすい状態が続きます。ヘルニアは椎間板が飛び出して神経に当たっていますが、半年から1年かけて小さくなることがあります。しかし、まったく正常に戻ることは少ないです。やはり加齢による変化ですから、若返れないのと一緒にです。



② 腰部脊柱管狭窄症

では、皆さんが受けている神経ブロック治療は、何のためにするのでしょうか？骨や神経の周りの組織の形は変えられなくても、神経の周りの血流を良くして、神経の傷を治りやすくし、血流不足で傷まないように保護することが目的です。定期的に古くなった機械をメンテナンスするのと一緒にです。ブロック治療に使う薬は、何度打っても身体にまったく害がありません。

いつまでも自分の足で自由に生活したいですね！



③ 腰椎椎間板ヘルニア