

皆様、お元気でしょうか？
もうすぐ師走の12月になります。信じられませんね。
光陰矢の如し、私達の向かっていく先には何があるのでしょうか。

さて、今月号では、頸椎の話をしたと思います。
首や肩、肩甲骨、腕、指・・・しびれや痛みがある方、多いと思
います。何が原因でしょうか？

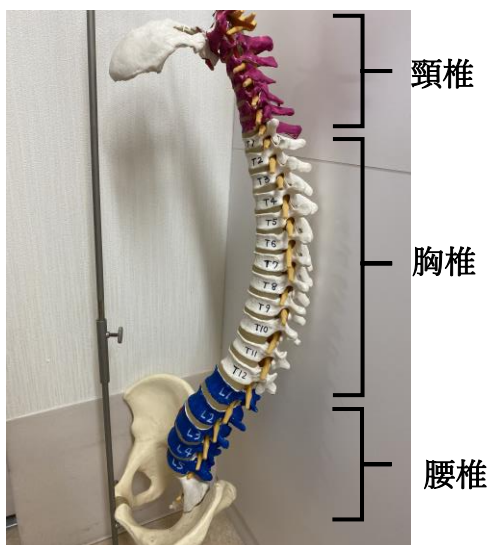


脊椎は頸椎、胸椎、腰椎からなっており、頸椎は7個の骨が積み木になっています。胸椎は12個、腰椎は5個です。骨と骨の間にはすべて椎間板というクッションが存在し、骨どうしがぶつからないようになっています。長年使っていると、首も腰も傷んでいきます。機械が傷んでくるのと同じです。腰は身体全体を支えていますし、首は重たい頭を支えています。首や腰の骨が傷んでくると変形を起こします。椎間板も傷んでいきます。すり減ってきて、外にはみ出してきます。パッキンが傷むのと同じです。

皆さん、ヘルニアと言えば、腰のヘルニアを思い浮かべる方が多いのではないかと思います。首にもヘルニアがあります。狭窄症も同様、腰だけではなく、首にもあります。また、狭い隙間から神経が出てきますので、その隙間が変形で狭くなると、神経に傷が生じて、肩や腕に痛みが出現します。

狭窄症がひどくなると、頸髄症という状態になり、痛みの他に手の動きが悪くなったり、足の力が入りにくくなったりします。そうなったら手術しかありません。転んだりして首に衝撃があると一気に進行することがありますので、要注意です。

次回は、首の治療についてご説明しますね。



首のヘルニア

