

歩行時に、下肢に痛みやしびれを感じたら



困っていませんか？
歩くのが辛い！

歩き続けると、**下肢のしびれや痛み**、腰痛などで歩けなくなってしまう。

○間欠性跛行(かんけつせいはこう)

間欠性跛行とは、しばらく歩いていると、足に痛みやしびれを感じ、歩き続けることが困難になり、少し休むとまた歩けるようになる症状のことです。このような症状が発生する原因としては、大まかに神経が圧迫されている場合と、血流が悪くなっている場合の二つがあげられます。

腰部脊柱管狭窄症では、神経の圧迫による間欠性跛行が現れます。前かがみになると症状が軽くなるのが特徴です。

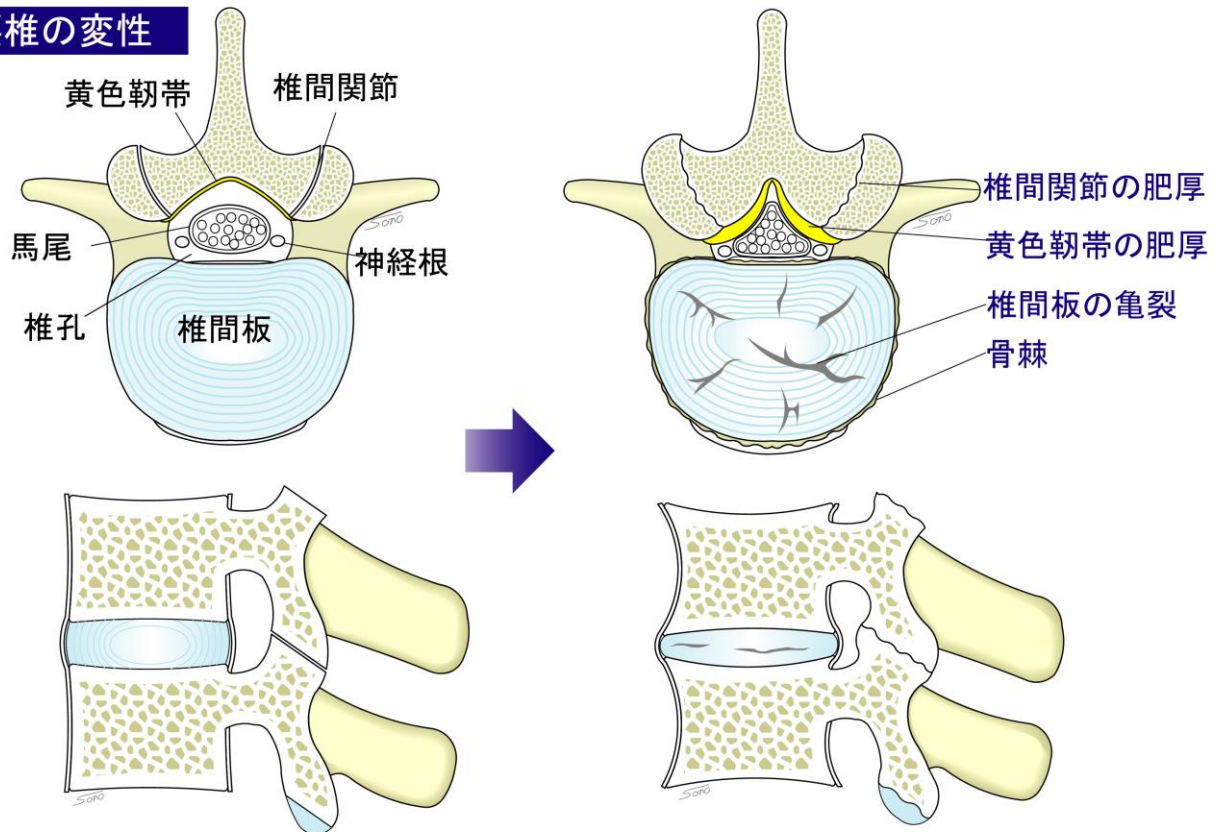
血流の問題で起こるのが、**閉塞性動脈硬化症**です。腹部から下肢の動脈が狭くなったりすることで起こります。血流の問題ですから、運動すると姿勢に関係なく症状が現れます。

腰部脊柱管狭窄症 歩行時に、下肢に痛みやしびれを感じたら

○腰部脊柱管狭窄症(ようぶせきちゅうかんきょうさくしょう)

脊椎はたくさんの椎骨が椎間板をはさんで並んでいます。それぞれの椎骨には椎孔という穴があいていて、それが、並んでトンネル状になっています。これが脊柱管と呼ばれ、この中に神経が保護されています。しかし、加齢に伴う変性で、この脊柱管が狭くなり神経が圧迫されると、足がしびれたり痛くなったりします。

腰椎の変性



姿勢による変化

圧迫の程度は、姿勢によって変わります。前かがみになると少し圧迫が弱まるため、しゃがみこんだり、いすに座ったりして休むと症状が軽くなります。また、自転車での移動もそれほど苦になりません。

