

楽しく歩きましょう

こが医院 院長 古賀 雅之
若松区下原町 4 11
電話：751 6200

生活習慣病など健康維持に散歩している方が増えています。ところが、歩いているとだんだん足が出なくなって止まってしまふ。少し休むとまた歩ける。この様な歩行障害で相談においでになる方が多くいらっしゃいます。この症状は医学用語では、間欠性跛行と呼びます。杖や押し車を使うと長く歩けるのに、まっすぐ立って歩こうとすると休み休みでないと歩けません。どうしてこの様な症状が起こるのでしょうか。弱った足に対して、湿布、針灸、マッサージ、電気いろいろ試しても、なかなか良くはなりません。原因は背骨にあるからです。

背骨はトンネルになっていて、その中に脊髄という名前の神経の本幹が通っています。ところが、背骨が変形したり、トンネルの中に障害物が出来たりすると、トンネルが狭くなって脊髄が締め付けられて、脳の指令がうまく足まで伝わりません。特に、歩く時や立っている時には、そのトンネルが更に狭くなるために、歩けなくなってしまうのです。腰掛けたり、前屈みになると、そのトンネルは広がるため、症状はまた回復し歩けるようになります。

昔は年だから仕方ないと諦められていたこのような症状も、医学の進歩で治療が可能となっています。

病院では、まず背骨のトンネルのどの部分がどのような原因で狭くなっているかを確認した上で、薬や注射、神経ブロック、リハビリなどを行います。

薬や注射は、圧迫された神経の炎症を抑え、血行を改善させます。長く続ける必要がありますが徐々に効果が現れます。

神経ブロックは圧迫された神経に、直接、局部麻酔薬や炎症止めの薬を注入する方法です。一度で治るわけではありませんが、定期的に繰り返すと、一度に歩ける距離が延長します。

リハビリは、背骨のトンネルが狭くならないような正しい姿勢をとる訓練をします。また、足腰の筋肉を強化して、しっかり歩けるように行います。

いろいろ治療してもどうしても治らない場合は、手術で狭くなった背骨のトンネルを広げます。最近では手術法も進歩し、短期間の入院で高齢者でも安全に行えます。

また、同様の症状は、足に行く血管が細くなって、歩くときに足の筋肉が酸欠状態になって起こることもあります。

これ以外にも歩行に障害を起こす原因はたくさんあり、それぞれに治療法が異なります。足が弱くなったと感じる方は、病院で原因を調べ、正しい治療を受けましょう。