



# 香曾我部義則先生の今月のカルテ ⑤3

## 慢性痛とペインクリニック

■プロフィール こうそがべ・よしのり 昭和54年に岡山大学医学部卒業後、同大学麻酔科・蘇生科講師、岡山労災病院麻酔科第一部長に。平成16年から現職。日本麻酔学会専門医。日本ペインクリニック学会認定医。現在日本麻酔学会、日本ペインクリニック学会、日本慢性疼痛学会、国際疼痛学会などに所属

梶木病院麻酔科・ペインクリニック科の香曾我部義則先生が、痛みの治療について説明してくれるコラム。今回は、「魔女の一撃」とも呼ばれ、突然の激しい腰痛を伴う「ぎっくり腰」の原因や治療法について紹介します。



### 日常の些細な動作によって起こる、ぎっくり腰 治りが早く効果的な「ブロック治療」がお薦め

ぎっくり腰は、運動中や、重いものを持つなど急な動作によって生じることが多いのですが、日常的な些細(ささい)な動きでも起ります。わずかに前傾姿勢を取っただけ、咳(せき)やくしゃみをしただけ、ゴミを拾ったり本棚の本を取ろうと手を伸ばしたりしただけでも起ります。さっきまで何ともなかった腰が痛くて歩くことも座ることもままならず、

ぎっくり腰は、運動中や、重いものを持つなど急な動作によって生じることが多いのですが、日常的な些細(ささい)な動きでも起ります。わずかに前傾姿勢を取っただけ、咳(せき)やくしゃみをしただけ、ゴミを拾ったり本棚の本を取ろうと手を伸ばしたりしただけでも起ります。さっきまで何ともなかった腰が痛くて歩くことも座ることもままならず、

ぎっくり腰の痛みは、ぎっくり腰の痛みの原因は2つからなります。第1の原因は、腰の骨、椎(つい)体をこないでい

的です。

ブロックの方法は、まず圧痛点を調べ、筋・筋膜性痙(こう)痛(こう)ではその部位に局所麻酔薬を注射します。椎間関節痛の場合は、関節に直接注射すれば痛みが大幅に改善します。

特に、レントゲンを見ながら確実に椎間関節に薬液を注入すれば高い効果が得られます。車いすやストレッチャーで運ばれてくる患者さんでも注射後は歩いて帰ることも十分可能です。

通常は1、2回のブロックでほとんど改善します。これらのブロックで改善しない場合は、腰椎椎間板ヘルニアなどほかの原因が考えられます。

この場合は硬膜外ブロックをしながら原因の模索を行う必要があります。

以前は安静にして、痛み止め薬と筋肉をほぐす薬などの内服、および湿布薬の貼付が主な治療法でした。この方法だと回復までに時間が掛かる欠点があり、早期に職場復帰するためには「ブロック治療」が非常に効果

梶木病院(西花尻) (086)203-1000