

# “脊椎あっぱく骨折について”

## (骨粗鬆症性脊椎椎体圧迫骨折)



整形外科 部長  
西山 嘉信

高齢化社会となったいま、骨粗鬆症者は推計で1000万人を超えています。骨粗鬆症の原因にはいろいろありますが、閉経後骨粗鬆症と老人性骨粗鬆症をあわせた退行期骨粗鬆症が最も一般的で数も多く、圧倒的に高齢女性に見られます。骨粗鬆症の定義は「……骨が脆くなり骨折しやすくなった病態」とされています。骨折しやすい部位は、せぼね、太ももの付け根の骨、手首などが代表です。今回は、せぼねの骨折(脊椎圧迫骨折)についてお話しします。

発生頻度は50～60歳代で15%、70～80歳代では25%を超えます。骨密度が低くなるとさらに骨折しやすくなるといえます。せぼねの骨折は、手足の長い骨が折れるのとは様相が異なり、積み重ねた段ボール箱が耐えられずに潰れてしまうのをイメージして下さい。受傷原因は尻もちをついて転倒することが多いですが、そればかりではなく、ドスンとベッドの縁に腰かけた時、便座から立ち上がった時、植木鉢を持ち上げた時などに急に腰痛となった場合には疑わなければなりません。痛みの程度も、身動きができずに救急車で来院される場合から、数日経っても治らずに痛みが強くなる場合もあります。

診断はレントゲン写真で行われます。しかし、レントゲンでは何も異常がないことが時々あります。痛みの程度が軽ければ1～2週後にもう一度レントゲンを撮ってみて、潰れてこないかどうかを確かめます。痛みが強い場合は高額ですがMRIという装置で診断をします。骨折の治療方法は、ギプスまたはコルセットです。腰痛のときに使う腹巻のような短いコルセットは一時的に痛みを少し和らげるだけで全く意味がありません。胸から下腹までの長いコルセットを装着するのが最良の手段です。骨折をしてから最初の1ヵ月間に、いかに骨

を潰さないかが、将来後遺症を残さないための決め手になります。後遺症には2種類あり、一つ目は骨折した骨がくっつかない状態(偽関節)で、痛くて辛い毎日を送ることになります。これらの対処方法は骨セメントの注入、金具での固定と骨移植といった手術療法になります。二つ目は背骨がくの字に曲がったところで脊髄がダメージを受け、下半身麻痺になってしまうことです。これら後遺症を残さないためにも、長めのコルセットは必要なのですが、その窮屈さから治療を受け入れられない方が多くいらっしゃいます。

是非、理解をしていただき、治療に参加をしていただくことを望みます。当初は2～3週間の入院が望ましいと思います。しかしそれ以上の入院は必要なく、かえって身体能力や意欲が落ちますので、ご家族の協力のもと通院治療に切り替えるべきです。

さて、解説を一通り終えたところで、もっと大事なことは何であろうかと考えてみると、骨折を予防することにつきます。骨粗鬆症の程度を知ることから始まり、食事・運動・治療薬を服用することです。特に運動に関しては大切であり、転びそうにならないこと、転びそうになっても転ばないことが望まれます。そのためには短くて簡単で毎日できる体操がよく、浅いスクワットや片足立ち体操、足踏み体操などを取り入れてください。ご高齢の方は積極的にデイサービスに参加することをお勧めします。簡単な検査方法として、片足で15秒以上立てるかどうかが自己判断を試してみてください。少なくとも5秒以下は非常に転びやすい状態といえます。けっして転ばないでください。

# 各科外来担当医一覧表

受付・診療時間は各科で異なりますのでご確認ください。

(2009年4月1日現在)

		月	火	水	木	金	土※	
内科	午前	伊海 尼子 麻生 ★前田	和田 関 麻生 ★小池	尼子 国東 小林 ★前田	関 伊海 麻生 ★前田	森野 尼子 三井 ★前田	高澤・志村 (隔週交替) 安彦(第1・3週)	—
	午後	池田 三井 ★前田	菊地 伊海 三井 ★和田	小林 関 国東 ★前田	三井 尼子 池田 ★前田	関 麻生 森野 ★前田	—	

内科の★印は初診・予約外となり、また初診・予約外で受診の方は午前11:00、午後3:30までの受付となります。※土曜日は完全予約制となります。

		月	火	水	木	金	土※
小児科	午前	鶴井 杉谷	鶴井 杉谷	杉谷	鶴井	小山	交替制
	午後	小山 鶴井	小山 鶴井	小山 村井	杉谷 鶴井	杉谷 村井	—
乳児検診 (予約制)	午後	交替制	—	交替制	—	交替制	—
乳幼児予防接種 (12:45～13:30)	—	交替制	—	交替制	—	—	—
小児心臓 第2・4週のみ	午後	—	—	福岡 (予約)	—	—	—
小児神経	午後	—	—	—	—	鶴井 (予約)	—
小児内分泌 (予約制)	午前	4/4…中西		4/24…藤澤			—

小児科の午後の診療開始時間は午後2:30からとなります。※土曜日は午前11:00までの受付となります。

		月	火	水	木	金	土
産婦人科	午前	山道 (予約) 稲垣 (初再診)	交替制 (初再診)	大野 (予約) 山道 (初再診)	稲垣 (予約) 大野 (初再診)	山道 (予約) 宮部 (初再診)	—
	午後	—	—	—	—	—	—

産婦人科の受付は午前10:00までとなります。

		月	火	水	木	金	土
外科	午前	丸尾 那須野 交替制	芹澤 大澤 交替制	大澤 那須野 間 矢部	伊藤 丸尾 吉田	芹澤 間 交替制	交替制
	午後	—	—	—	—	—	—
呼吸器外科	午前	—	交替制	—	交替制	—	交替制
血管外来	午後	—	大澤 (予約)	—	—	—	—
肝臓・甲状腺外来	午後	—	—	—	芹澤 (予約)	—	—
乳腺外来 注1	午前	大澤 (予約)	—	—	—	—	—
	午後	—	—	田島 (予約)	芹澤 (予約)	矢部 (予約)	—

注1:乳腺外来は母乳外来とは異なります。母乳外来については、産婦人科までお問い合わせ下さい。

		月	火	水	木	金	土
循環器科	午前	和田	大石	原田 (予約)	和田	上川	—
	午後	小松	—	—	—	—	—

循環器科は午前11:00までの受付となります。循環器科の午後の診療開始時間は午後2:30からとなります。

		月	火	水	木	金	土
皮膚科	午前	酒井(咲)	—	—	酒井(咲)	—	—
	午後	鈴木	—	—	伊藤	—	—

皮膚科は午前11:00までの受付となります。

		月	火	水	木	金	土
整形外科	午前	宗近 道下	宗近 伊藤	宗近 西山	吉田 仲村 (第1・3・5週) 間部 (第2・4週)	宗近 西山	交替制
	午後	—	—	—	—	—	—

整形外科は午前11:00まで(火曜日・水曜日・金曜日は午前10:30まで)の受付となります。

		月	火	水	木	金	土
脳神経外科	午前	松澤 (予約) 岩崎 (初再診)	岩崎 (予約) 松澤 (初再診)	松澤 (予約) 安藤 (初再診)	岩崎 (予約) 交替制 (初再診)	松澤 (予約) 岩崎 (初再診)	交替制
	午後	—	岩崎 (予約) 安藤 (初再診)	—	交替制 (第1週) 横田 (第2・3・4・5週)	松澤 (予約) 安藤 (初再診)	—

		月	火	水	木	金	土
泌尿器科	午前	餌取	高	餌取	若山	力石	酒井(宏)
	午後	—	高	餌取	若山	—	—

水曜日の泌尿器科の受付は午後3:00までとなります。木曜日の泌尿器科の受付は午後3:30までとなります。4/3(金)のみ午前:交替制 午後:力石。

		月	火	水	木	金	土
眼科	午前	折原	—	折原	折原	折原	—
	午後	—	—	折原 (予約)	—	—	—

眼科は午前11:00までの受付となります。

		月	火	水	木	金	土
耳鼻咽喉科	午前	—	—	—	—	加藤	峯田 (第1・3週) 大和谷 (第2・4週)
		午後	交替制	—	交替制	中西 (第1週) 大和谷 (第2～5週)	—
	難聴外来(月に一度) 予約制						

耳鼻咽喉科の午後の診療開始時間は午後2:30からとなります。土曜日は医師の都合により当日変更になる場合があります。

最新の情報はホームページをご確認ください。  
\*各科の担当は医師等の都合により変更させていただくことがあります。