

腰痛のはなし

腰の痛い方、足のしびれ等でお悩みの方 ぜひ、聴きに来てください

- 事前開催 13:15～14:15
専門職による医療・介護相談
健康チェック（血圧測定・肺活量測定等）

平成25年 9月21日
開場 13:00 閉演 17:00
場所 御前崎市民会館

- 開会の挨拶 14:30～14:35

御前崎市 石原 茂雄 市長
総合司会 市立御前崎総合病院 病院長 大橋 弘幸 先生

- 当院 腰痛治療の紹介 14:35～15:05

日本脳神経外科学会専門医 日本脊髄外科学会認定医
脊髄脊椎外科 科長

北浜 義博 先生

- さらば腰痛 治療最前線 15:15～16:15

椎間板ヘルニア治療のスーパードクター

僅か10ミリ前後の傷口で治す腰痛内視鏡手術のスペシャリスト！
TV「たけしの家庭の医学」等多数ご出演

帝京大学医学部附属溝口病院
副院長補佐 整形外科教授

出沢 明 先生

駐車場に限りがありますので乗り合わせの上お越しください。

お問い合わせ ※事前の申込は不要です。

全席自由 | 入場無料

市立御前崎総合病院 TEL 0537-86-8511

主催：御前崎市・小笠医師会

後援：静岡新聞社・静岡放送・中日新聞東海本社・朝日新聞静岡総局

読売新聞静岡支局・毎日新聞浜松支局・郷土新聞社・御前崎ケーブルテレビ（順不同）



第13回 御前崎市民公開講座「腰痛のはなし」

今回は、「腰痛のはなし」をテーマにあげました。実は、私自身が椎間板ヘルニアになってしまい、腰痛がひどく歩くのも大変になり、北浜先生に手術をしてもらいました。私の症状は腰痛のみでなく、右足のシビレ感や痛みが続いていたため、手術に踏み切りました。手術後、右足の痛みは改善し、徐々に右足のシビレ感は改善してきています。腰痛はだれでも経験する症状ですが、その原因は様々です。私の場合は椎間板ヘルニアという病気で、椎体と椎体の間にある椎間板が飛び出して神経を圧迫して症状が出たのです。この椎間板ヘルニアは、手術をしなくとも80%以上の人方がお薬やブロック注射等で、痛みが徐々に改善して元の状態に復帰できます。しかし、私の場合はなかなか痛みが取れなかっただために手術をしました。周りの人たちからは太ってお腹が出たため、相撲取りのように腰がのけぞったので椎間板ヘルニアになったのだとからかわれました。確かにお腹がでて腹筋が弱くなると腰に負担がかかりますので、椎間板ヘルニアの症状はよくなりにくいと思います。しかし、私の腰痛は、研修医時代の交通事故からずっと続いています。その事故で私は運転中に車の横（助手席のあたり）に衝突されて腰をしこたまひねったため、その後は痛みのため中腰になれなくなりました。その頃診察してくださった整形外科の先生は、大丈夫そのうちよくなるよと言ってくださいましたが、腰痛はその後の私の持病になりました。腰痛に対してもっと詳しく検査して、リハビリ等の運動療法をしておけばよかったと思います。

さて、実際に医者として患者さんを診療していると、高齢のリウマチ患者さんは、手、足、膝、肩などの関節の痛みがよくなってしまっても背中や腰の痛みが強くなり、自由に体が動かせない、歩くのが困難であるなどの症状によく遭遇します。また、突然ひどい腰痛に襲われ身動きできなくなってしまう事もあります。腰痛はリウマチが原因ではありませんが、患者さんの行動を制限し日常生活を困難にします。リウマチの患者さんを診療していく上でも避けられない病気です。この腰痛の原因は、腰椎の圧迫骨折（椎体がひしゃげる）や脊柱管狭窄症（神経が通る管が狭くなり神経を圧迫する）や側弯後弯（背骨が右や左、後に曲がる病気）などいろいろな原因があります。今回は、特に椎間板ヘルニアに対して内視鏡を用いて侵襲の少ない（手術のダメージが少ない）手術の日本一のエキスパートである出沢先生にご講演をいただきます。また、私の主治医でもある北浜先生にも市立御前崎総合病院で実際に行っている腰痛の治療を話していただきます。どうぞふるってご参加ください。

市立御前崎総合病院
病院長 大橋 弘幸