神戸労災病院広報誌

やまびこ

独立行政法人　労働者健康安全機構
神戸労災病院
良質で心のこもった医療を働く人と地域のために
URL https://www.kobeh.johas.go.jp

No. 24
2023.09

～せぼねの姿勢異常で困っていませんか？～

整形外科部長　宮本　裕史

姿勢異常の過去と現在

近年、高齢化社会になり、「せぼねの姿勢異常」が原因で来院する患者さんが増えています。私がまだ若い医者だった頃は、お年寄りが尻もちをついて腰痛を訴え来院し、レントゲンを撮ってみると、腰の上あたりのせぼねの骨がクシャっと潰れる「圧迫骨折」を起こしているというケースを多く見かけました。痛み止めを処方して２か月程すると、骨がくっついて、背中は少し曲がってはしまうものの痛みはなく、再び歩けるようになる、といった具合でした。

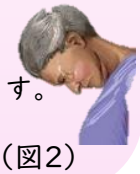
しかし最近では、安静にしていても潰れたせぼねがくっつかず、ぐらつきが残ったり、場合によってはそのぐらつきの部分で神経が圧迫され、足の麻痺が出たり、あるいは複数個所のせぼねが潰れ、腰が伸びなくなり、まっすぐに立てなくなってしまうといった、30年前では考えられなかったような重症な患者さんが増えています。

せぼねの姿勢異常の影響とは

これら「せぼねの姿勢異常」の原因は、圧迫骨折に限ったことではなく、「椎間板（ついかんばん）」というせぼねをつなぐ軟骨が年齢とともにすり減って、腰が伸びなくなることでも起こり得ます。

中には「腰曲がり」（図１）だけではなく、「首下がり」（図2）といって、首の部分で頭を支えきれなくなり、頭が前に垂れて前を向けなくなる患者さん（図3）も来院されます。

症状が軽い場合は、投薬やコルセット、カラーといった補助具の装着などで改善する場合もありますが、経過が長くなるとせぼねがカチカチになり、まっすぐにするために手術を行うしか治らないケースもあります。



（図2）

before　　after

（図１）

（図３）

ひどい腰曲がりや
首下がりが手術で
まっすぐに！

「せぼねの姿勢異常」が原因でまっすぐ立てない、歩けない、前を向けない、などの症状でお困りの際は、整形外科を受診していただくことをお勧めします。

部門紹介　中央リハビリテーション部

中央リハビリテーション部（以下、リハ部）は、医師の指示のもと、「理学療法」、「作業療法」を提供しており、主に入院されている方を中心にリハビリテーションを実施しています。

理学療法士と作業療法士の違いって？

理学療法士

主に基本的動作能力（寝返り、起き上がり、立ち上がり、歩くなど）の獲得のために運動療法を中心に実施。

作業療法士

主に上肢機能の向上と、日常生活動作（食事、更衣、移動、排泄、整容、入浴など）の獲得のためのアプローチを実施。

外来心臓リハビリテーションの様子

リハビリというと、脳卒中後や整形外科手術後のリハビリをイメージされる方が多いかと思われますが、当リハ部は「予防医療」にも力を入れています。骨粗鬆症外来、フレイル外来などでは、理学療法士が他職種と協力し、身体機能の評価や生活のアドバイスを行っています。

また、外来の心臓リハビリテーションは、毎日医師と看護師、理学療法士が心電図を確認することで、安全に運動療法を実施することができます。完全予約制となりますが、外来の心臓リハビリテーションを実施している施設は少ないので、地域の皆さんが来院されることを期待しております。

作業療法に関しては、整形外科医師の指示のもと、手外科のリハビリテーションを入院外来問わず実施しております。非常に繊細な手指機能に関与する治療になりますので、専門的な知識とスキルが必要になります。当リハ部の作業療法士は、学会などで研究を多数発表しております。

《安静にすべき？運動すべき？》

皆さん、病気の時は「安静にしておかなければならない」と思われている方が多いかと思いますが、医師から安静を指示されていなければ、動いた方が良いことがあります。体力がある人の方が術後の回復も早く、合併症も少ないと報告されています。また、抗がん剤などは、筋肉量が多い人の方が効果的という報告もあります。過度な安静は、痛みの感受性が高まり、痛みを感じやすい状態になりやすいともいわれています。当院では、病気やケガからの回復を一日でも早めるために、できるだけ早期からリハビリテーションを開始しています。

私たちは、安全なリハビリテーションを提供できるよう、毎日、病棟カンファレンスに参加し、医師、看護師、薬剤師、管理栄養士などの多職種と情報を共有しながら、安全かつ効果的な理学療法、作業療法を提供しております。我々リハ部のスタッフは、少しでも皆さんが快適にお過ごしいただけることを念頭にリハビリテーションを行っていますので、どうぞよろしくお願い致します。

神戸労災病院広報誌
No.24
（令和5年9月1日発行）
TEL 078-231-5901

（発行者）
独立行政法人　労働者健康安全機構
神戸労災病院　院長　脇田　昇
〒651-0053
神戸市中央区籠池通4丁目1-23
URL https://www.kobeh.johas.go.jp

外来診療のご案内

受付時間：午前８時１５分 から 午前１１時３０分
※ 初診時には、紹介状の持参をお願いいたします。
（持参のない場合は、選定療養費として別途7,700円かかります。）