

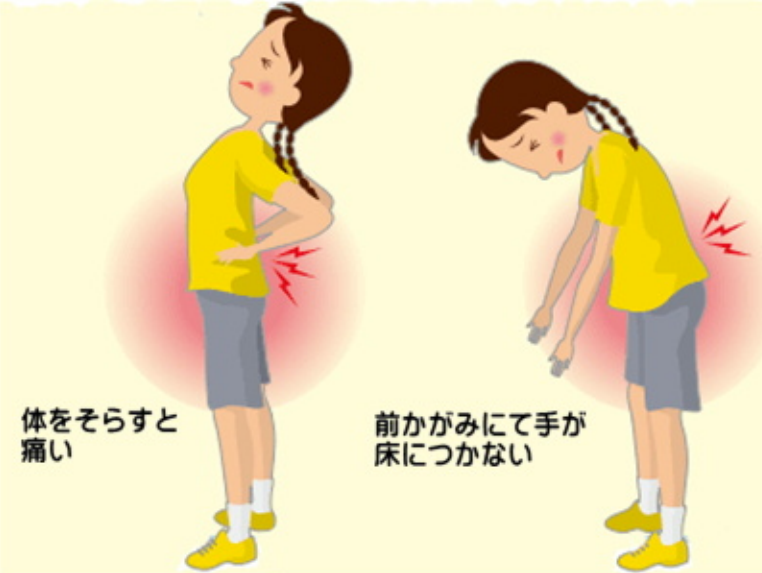
整形外科だより

2・3月号

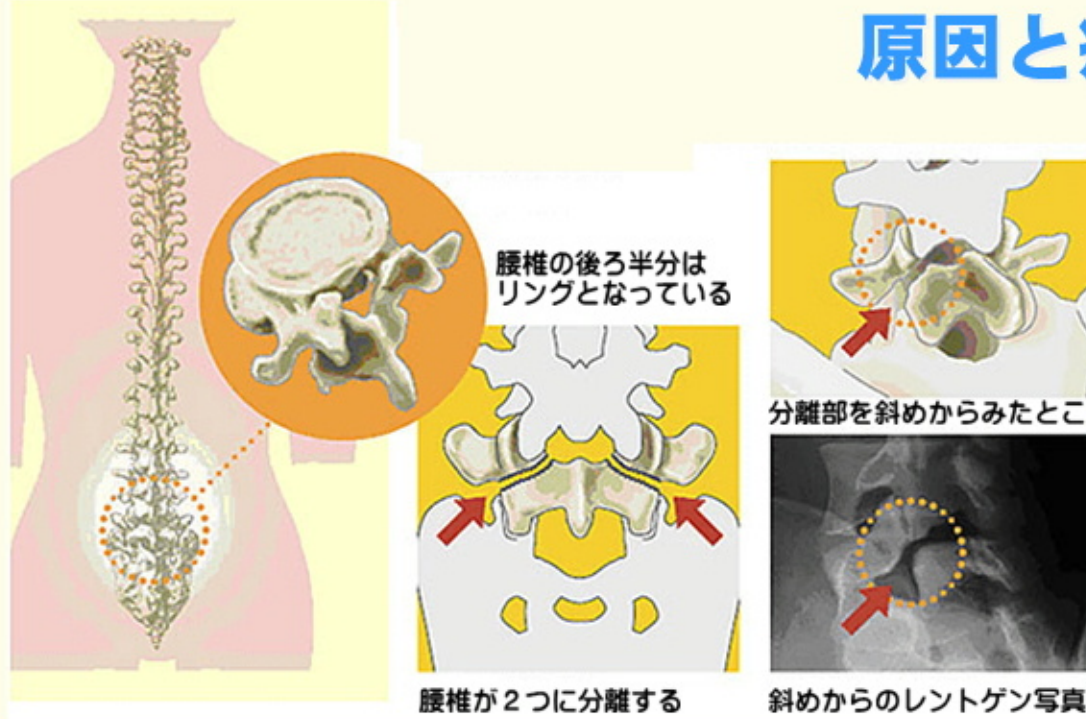
腰椎分離症ってなに？



腰椎分離症はスポーツを活発に行っている10歳代前半の伸び盛りの青少年にはじめは運動時の腰痛という形で出ます。運動の時には腰が痛いけれども、普段は何ともないといった程度で、運動を続けていくことも可能です。背中をそらす動作で腰痛が増すのが特徴で、しばしば前かがみも制限されます。



原因と病態



背中をそらす動作やジャンプからの着地のような動作で腰椎に力がかかります。そういう動作が繰り返されると骨にひび（疲労骨折）が入ってきます。すべての人が分離症になるわけではなく、体質的な要因もあります。一番下の腰椎（第5腰椎）に好発します。

治療はまず、原因となったスポーツ、運動を休止させることが第一で、加えてコルセットで腰を固定し腰の部分に負担がかからないようにします。また、痛みのコントロールが治療の目標となります。スポーツ復帰は主治医と相談になります。

2月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29		

3月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

今年の恵方は
東北東！！

○ 中藤先生は検診のため13:30～14:00まで不在です
○ 中藤先生は検診のため13:15～14:45まで不在です

