

足のしびれやこわばり伴う間欠性跛行^{はこ} MRI検査での確な診断、治療へ



西村内科脳神経外科病院
医師 長野 祐史氏

足がだるくて歩けなくなるけれど、しばらく休むとまた歩けるといふ症状は、間欠性跛行といわれ、放置すると将来的に全く歩けなくなることもあるそうです。予防、早期診断、治療の重要性について聞きました。

— 歩行中に足がしびれて歩けなくなる人がいると聞きます。

60歳以上の高齢の方に多いようです。歩行中、腰や下肢に痛みやしびれ、こむら返りのようなつらさや感、こわばりなどが生じて歩けなくなり、休憩するとまた歩けるようになる—というものです。これは、間欠性跛行といわれ、「足に鉛が入ったようなだるさ」と表現される方もいます。軽症の方は、10分以上歩き続けられませんが、重症になると1〜2分歩くとすぐに、足に痛みやしびれが生じ、歩けなくなります。

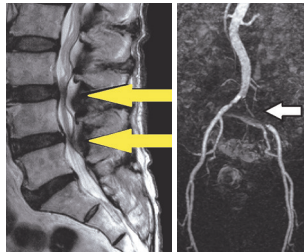
— 何が原因でこのような症状が起るのですか。

主な原因としては、動脈硬化により下肢に十分な血液を送ることができなくなる閉塞性動脈硬化症と、腰椎の脊柱管内の神経圧迫による腰部脊柱管狭窄（きょうさく）症が考えられます。腰部脊柱管狭窄症は、腰椎の中にある脊柱管が狭くなる病気で、加齢とともに骨が変形し、腰椎が歪むことで起こります。脊柱管の中を走る脊髄や、そこから分岐した神経、血管が圧迫され、腰痛やしびれなどの症状が現れるのです。進行すると足が全く動かなくなったり、失禁したりすることもあります。閉塞性動脈硬化症は、動脈硬化によって足の動脈が狭窄を起こし、内腔が狭くなり血液が流れにくくなる病気です。症状の程度により治療方針を

決定しますが、軽症なら対症療法が一般的です。重症の場合は、外科的手術も考えなくてはなりません。この2つの疾患以外にも間欠性跛行に似た症状が現れることもあるため、症状をしっかりと見極め、的確な診断が重要となります。当院では腰椎MRIや下肢のMRIなどで診断を行い、外科的な手術が必要な場合は、整形外科や血管外科と連携を取りながら治療を進めます。

— 効果的な予防法はありますか。

腰部脊柱管狭窄症は、脊柱への負担を少なくするため、腹筋を鍛える運動や適度なウォーキングが有効です。また、姿勢を意識するだけでも腰への負担を軽減することにつながります。閉塞性動脈硬化症の予防には、まずは生活習慣の改善が第一です。食事療法と併せ、禁煙、軽い運動を心掛けるとういでしょう。



腰部脊柱管狭窄症(左)と閉塞性動脈硬化症の発症部位