

腰痛 ミステリアスな難敵



ヘルス&ケア

④ 腰痛の治療、ガイドラインはあるが具体的治療方針はさまざま

2012年に「腰痛診療ガイドライン 2012」(監修：日本整形外科学会/日本腰痛学会、南江堂)が発行された。一般の人でも購入できるが腰痛改善のハウツー本ではなく、腰痛に関する研究調査(学術論文)をまとめて診療方針決定の参考にしようというもので、医師向けの書である。腰痛診療のベースはこれに沿うということではよいが、具体的にこうすれば腰痛が治るといふガイドではない。腰痛診療に

痛診療に関しては決まった検査はなく、具体的に共通な治療方針もない。この本から腰痛の治療に関するガイドラインをいくつか挙げてみる。

①ベッド上安静は、従来、腰痛に対する治療手段として広く行われていた。しかし、その効果は低いとする報告が多い②腰痛に対して薬物療法は有用である③牽引療法が腰痛に対して有効である根拠は不足している④腰椎コルセットは腰痛に対する機能改善に有効である⑤運動療法は急性腰痛(4週未満)には効果がなく、慢性腰痛(3カ月以上)に対する有効性には高い根拠がある⑥小冊子などを用いた患者教育は、腰痛の自己管理に有用である⑦腰痛治療においてブロック注射は疼痛軽減に有効である⑧重度の慢性腰痛をもつ患者に対して、脊椎固定術を行うことにより疼痛軽減および機能障害を減じる可能性がある⑨徒手療法は腰痛に対して他の保存的治療よりも効果があるとはいえない(同書籍から引用、一部筆者により内容に変化がない程度に改変した)



①ベッド上安静は、従来、腰痛に対する治療手段として広く行われていた。しかし、その効果は低いとする報告が多い②腰痛に対して薬物療法は有用である③牽引療法が腰痛に対して有効である根拠は不足している④腰椎コルセットは腰痛に対する機能改善に有効である⑤運動療法は急性腰痛(4週未満)には効果がなく、慢性腰痛(3カ月以上)に対する有効性には高い根拠がある⑥小冊子などを用いた患者教育は、腰痛の自己管理に有用である⑦腰痛治療においてブロック注射は疼痛軽減に有効である⑧重度の慢性腰痛をもつ患者に対して、脊椎固定術を行うことにより疼痛軽減および機能障害を減じる可能性がある⑨徒手療法は腰痛に対して他の保存的治療よりも効果があるとはいえない(同書籍から引用、一部筆者により内容に変化がない程度に改変した)

ベッド上で安静…実は効果低い

このガイドラインは治療方針の骨格となるもので大変重要であるが、個々の患者さんの状態は均一でなく、目の前の患者さんに対して具体的にどのような治療をしていくかは、各医師の判断によるといふことになる。いつどのようレントゲンやMRIを撮るかなど検査内容は医師により異なるし、薬、牽引、ブロック注射、運動、手術などの治療があるがこれも医師によりかなり異なる。病院以外の治療は無数にあることは周知の通りである。

(岩井整形外科内科病院
湯澤洋平副院長)