

# 石井クリニック だより

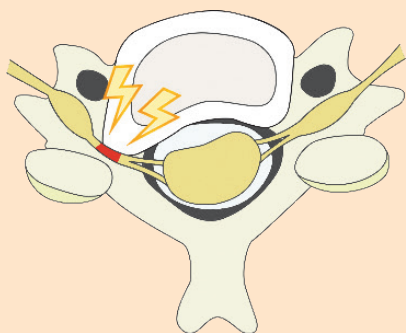
## 第88号

医療法人 華の会  
石井クリニック  
発行責任者 野口 英雄  
編集責任者 佐藤 潤香  
〒361-0037  
埼玉県行田市大字下忍1089-1  
TEL (048) 555-3519

### 特集

## 頸椎症性神経根症について 高橋先生に伺いました

頸椎症性神経根症は、頸椎の神経根が圧迫されたり刺激されたりすることでみられる疾患です。圧迫や刺激により、神経根の炎症が起こり、痛みやしびれが起こり、しばしば腕や手に広がることがあります。特徴は、圧迫されている神経根の場所によって異なります。例えば、C6神経根が影響を受けると、親指側の腕や手に痛みやしびれが現れます。主な原因は、頸椎の変性疾患（ヘルニアや椎間板変性）、頸椎の骨棘の異常成長、外傷、炎症性疾患などがあります。



**FAQ-①**  
原因は何ですか？外傷や生活習慣が関与することはありますか？

加齢に伴い頸椎の椎間板やルシユ力関節・椎間関節といった部分に変性が起こり、椎間孔の狭窄が起こり症状が出現した状態です。頸椎にかかる頻回の運動や力学的ストレスは神経根の炎症にも関与していると考えられています。

**FAQ-②**  
診断方法にはどのようなものがありますか？

臨床症状、画像検査より診断を行います。頸部から肩甲骨周囲の痛みが初発症状で、その後片側の上肢の痛みやしびれや

筋力低下が出現した場合に、頸椎症性神経根症を疑います。頸椎を伸展させ、さらに患側(症状側)に頸部を傾けると上肢に痛みやしびれが走ることに特徴的です。最終的にはMRI画像で神経根の圧迫があるか、圧迫がある場合は圧迫されている神経と症状が一致するかどうかを確認して診断をします。

**FAQ-③**  
治療法にはどのようなものがありますか？

疼痛が主な症状である場合、多くの患者さんは保存治療で改善すると言われています。急性期に上肢や肩甲骨周囲の激痛があれば、頸部の安静を図ります(安静臥床、ネックカラーなど)。併せて、非ステロ

イド性抗炎症薬、プレガバリン・ミロガバリンなどの薬物治療を行います。また、神経根ブロックも選択肢となります。現在はエコーを用いてのブロック注射が行われるようになっていますが、現在当院では行っておりません（今後当院でも施行できるよう練習中です）。そして急性期の症状が落ち着いてきた段階で、筋力強化訓練などの運動療法を行います。

**FAQ-④**  
 症状が軽い場合は放っておいても大丈夫ですか？  
 治療が遅れた場合のリスクはありますか？

頸椎症性神経根症の患者さんは多くの場合保存治療で改善するとされているため、内服治療も不要な程度の軽い症状であれば、様子を見ても良いと思います。ただし、高度な麻痺がある場合には手術治療を検討する必要がありますので、早めに医療機関の受診、検査をお勧めします。

**FAQ-⑤**  
 予防するためにできることはありますか？  
 運動や姿勢の注意点などがあれば教えてください。

長時間頸椎を屈曲させた状態で机に向かったり、テレビやパソコンのモニターを観たりしないようにすること、背中を前屈して頸椎の前弯を増強するよ

うな姿勢（猫背になって頸部を上に戻らさずような姿勢）も良くないとされています。日常生活でこのような姿勢を取らないよう工夫をしていただくことが注意点であると考えます。

**FAQ-⑥**  
 他の類似疾患との違いは何ですか？  
 例えば、頸椎ヘルニアや頸部脊柱管狭窄症との違いなど。

頸椎椎間板ヘルニアは、主に椎間板により神経が圧迫された状態です。ヘルニアにより神経根が圧迫される場合には頸椎症性神経根症と同様の症状が出現しますし、治療法も同様です。ヘルニアや頸部脊柱管狭窄症により頸髄が圧迫された場合に

は、両手のしびれや巧緻性障害（箸が使いにくいなど）、歩行障害などが出現します。この場合は症状に応じて手術治療を検討します。

**FAQ-⑦**  
 手術が検討されるケースはどのような場合ですか？

麻痺がある場合や、安静・薬物治療などの保存治療が無効・効果が不十分な時に適応となります。手術方法には前方除圧固定術、後方からの神経根除圧術（椎間孔拡大術）、人工椎間板置換術が挙げられます。



**高橋郁子 先生**

担当分野 | 整形外科全般

専門分野 | 脊椎脊髄疾患

認定医 | 日本整形外科学会専門医  
 日本整形外科学会脊椎脊髄病医  
 日本脊椎脊髄病学会指導医

人物紹介

**Profile**

### ユニットリーダー研修を受講して・・・

介護課：石井有香理  
福地みゆき

そもそも「ユニットケア」とは何なのでしょう？

【ユニット】とは、自宅に近い環境の介護施設において、他利用者や介護スタッフと共同生活しながら、他利用者一人ひとりの個性や生活リズムにに応じて暮らしていただけるようにサポートする介護手法を指します。

介護施設は、常時利用者を見守りながら必要に応じて介護する体制をとっています。そのことよって365日、24時間体制の安心・安全を実現しています。

しかし、その一



石井有香理

方で、多くの要介護状態の高齢者を介護するという施設の性格上、多くの人を効率的に介護しようとして「集団ケア」にならざるを得ない面がありました。学んだ事を生かしながら、今後は、利用者の尊厳ある生活を保障していく為に一人ひとりの個性と生活レベルを尊重した「個別ケア」を実現していきます。

職員・多職種等と連携を取りながら行っていくように思います。

### ベテラン紹介

ベテランとはラテン語で「古い」という意味で、今では「経験を持っている人」という感じで使われるようになりました。そんなベテランの皆さんを紹介する「コーナー」です。今回は放射線科の2人を紹介します。

#### 放射線科

轟 幸司(とごろき こうじ)

石井クリニック歴16年、放射線科の主任をしております。

#### 石井クリニックのいい所は？

医療スタッフのみんな仲良く、優しい人たちです。みんなで協力し合い、助け合いながら仕事が出来るので、とても働きやすい職場だと思います。

#### モットーや大事にしている言葉はありますか？

「物事に取り掛かるべき一番早い時は、あなたが「遅かった」と思った瞬間である。」

勉強でも、仕事でも、私生活でも、「誰かより遅れていた」と感じることはあると思います。「今から始めても・・・」と諦めてしまうのはもったいない。今までの自分は気づけなかったし、

#### 過去の出来事はしょうがない。むしろ気づけた今が最速ではないでしょうか？

という過去の自分を否定せず、それをチャンスだと感じさせるとも都合の良い言葉だと思います。これをモットーにいろいろなことに挑戦するのが好きです。どこかの塾講師も同じようなことをテレビで言っていましたね。

ちなみにこの言葉。ハーバード大学「20の教訓」と言われている言葉の一つですが、実際はハーバード大学にそのような教訓はないらしいです。

#### 放射線科

江澤 宣和(のぶかず)

石井クリニック歴15年、放射線科の副主任をしております。

#### 石井クリニックのいい所は？

地域の「かかりつけ医」

#### モットーや大事にしている言葉はありますか？

今後も先生方の診療において、有用な画像情報を提供していきたいと思っておりますので、石井クリニックにおける「縁の下の力持ち」でありたいと願っています。



左 江澤・右 轟

# 手術室の改装しました!

例年、お盆の時期はクリニックも半日診療になり、手術もお休みしています。今年はこの期間を使って手術室の改装を行いました。この日の為に数カ月前から業者、病棟のスケジュール調整をしてもらいました。

まずは手術に必要な器械たちのお引越し。在庫の部屋もすべて行ったため、段ボールの山、テトリス状態で2人部屋が全部埋まるほどでした。一時避難して手術室をからっぽに。広々とした手術室をみて平成10年の開院当初を思い出しました。通院している患者様もなにか工事しているな?と思った方もいらっしゃったかも?

暑い中、業者の皆様には天井の張替えや隅々まで清掃して頂き、心から感謝しております。みんなでまた



もとの位置に器械を戻して無事終了。せっかくなので器械の位置を変えながら戻したことで効率もよく、さらにきれいに生まれ変わりました。

ここまで大掛かりな工事は開院から初めてだったのでワクワクしました。気持ち新たに身を引き締めて頑張ります!

看護課 土屋 千鶴



## 編集後記

長かった残暑も終わり、ようやく涼しくなってきました。今年にはWBC、世界陸上、バスケットボールドカップ等々、多くのスポーツで日本も盛り

上がっています。陸上をやっていた自分は2025年の世界陸上(東京)を何としても見に行きたいと思っています。これからマラソンのシーズンにも入っていきますので色々挑戦していきたいです。

皆さんも涼しくなり、外出や運動の時間が増えてくると思います。怪我には注意してください。季節の変わり目でもあるので風邪にも気を付けて色んな秋を楽しみましょう!

## 外来担当表

		月	火	水	木	金	土	日(9時~11時)
午前	8:30 ~ 12:00	石井	野口	石井 (変更)	野口	野口	交代	交代
		佐藤	佐藤		佐藤	佐藤		
		高橋	高橋		高橋	高橋		
午後	15:00 ~ 18:00	野口	佐藤	石井 (変更)	野口	野口	交代	交代
		高橋	高橋		高橋	佐藤		

☆受付時間 日曜は午前 9:00~11:00となります。  
 ☆休診日 土・日曜の午後/祝日  
 ☆診療は手術により適宜変更することがあります。  
 最新の情報はクリニックのホームページをご参照ください。

石井クリニック  
公式  
Instagram

