



第41回日本整形外科スポーツ医学会学術集会
ランチョンセミナー 3

日時 2015年 9月 11日(金)
12:00~13:00

会場 ウェスティン都ホテル京都
第3会場 山城の間 A
〒605-0052 京都市東山区粟田口華頂町1(三条ヶあげ)
Tel:075-771-7111 Fax:075-751-2490

スポーツと腰椎分離症

— フィールド復帰のための方程式 —

座長

吉田 宗人 先生

和歌山県立医科大学整形外科学教室
主任教授

演者

西良 浩一 先生

徳島大学大学院医歯薬学研究所
運動機能外科学 教授



【認定単位】 日本整形外科学会教育研修会専門医資格継続単位 (N)

必須分野

- 2. 外傷性疾患 (スポーツ障害を含む)
- 7. 脊椎・脊髄疾患

日本整形外科学会認定脊椎脊髄病医資格継続単位 (SS)

日本医師会認定健康スポーツ医

いずれか1単位

共催

第41回日本整形外科スポーツ医学会学術集会
三笠製薬株式会社

スポーツと腰椎分離症

— フィールド復帰のための方程式 —

演者

西良 浩一 先生

徳島大学大学院医歯薬学研究部
運動機能外科学 教授



腰椎分離症は発育期に疲労骨折として発症し偽関節となり分離症が完成するが、時にすべり症へと進展することがある。今回の講演では病態に基づいた治療法を解説し、最後に各年代に応じたストラテジーを提示する。

分離症は3つの病期に分かれる。CTにおいて初期に診断されれば、90%以上が3ヶ月で骨癒合に導かれるが、この病期では骨癒合を目指した治療が推薦される。進行期では初期に比べ癒合率が低下し、骨癒合に半年を要する。したがって、選手の学年及び、置かれている状況を考慮し、骨癒合を目指す治療、あるいは疼痛管理を目指した治療を選択する。終末期は偽関節である。癒合の見込みはないので、スポーツを継続しながら、コンディショニングで疼痛管理を行っていく。疼痛管理の基本は局所の安静と消炎である。局所の安静には伸展制限のみを目的とした軟性の装具を用いる。また、しっかりとしたコンディショニングで骨盤と胸郭をモビライズすることで、運動中の腰椎への負荷を軽減させる。消炎目的でのNSAIDは効果的であるが、疼痛が長引く場合は分離部へのステロイド注入が行われる。

分離が完成すれば、発育期分離すべり症への進行が問題となる。すべり進行の可能性については骨年齢が参考となる。二次骨化核がX線で確認されない軟骨期ではすべり可能性が高い。いわゆる思春期で二次骨化核が骨化する時期となれば、すべり症になるリスクは減少する。二次骨化核が完全に骨化し椎体と癒合すれば、すべり可能性はなくなる。

小学生では初期、進行期の場合、骨癒合を目指した治療が選択される。終末期ではすべり症進行が危惧されるため、スポーツ復帰を許可するが、年3回の側面X線ですべり、骨年齢、椎体変形（楔椎、円形仙骨）を評価する。悪化すればスポーツを中止あるいはペースダウンを指示する。中学生・高校生では、初期の場合は骨癒合を目指す治療を行う。進行期では疼痛管理を選択するケースが多い。初期分離でも3年生の場合はスポーツを許可し、夏引退後に半年間コンディショニングと骨癒合を目指した治療を行うこともある。

現在、注目している部位は、胸郭、ハムストリングス、大腿四頭筋、アキレス腱である。胸郭ではストレッチポールを使用した胸椎伸展に加え、胸郭モビライゼーション目的で腹斜筋ストレッチ・後鋸筋エクササイズを指導する。スムーズなキャットバックモーションを目標にし、ハムストリングスでは相反抑制を利用したジャックナイフストレッチを行う。前屈時掌が床に接地できる程度の柔軟性は必要である。クアドでは、腹臥位で膝を屈曲した場合にかかどが臀部に付く、いわゆるheel buttock distanceが0cmであることが求められる。近年アキレス腱が硬く、しゃがめない子供が多い。手を後ろで組み、しゃがめることを目標としている。これらは、骨癒合後の分離症再発予防に有用であり、また、終末期分離の疼痛管理にも重要である。

略歴

1988年 徳島大学医学部 卒業
1995年 米国IOWA大学 留学
1999年 徳島大学医学部 講師
2003年 米国TOLEDO大学 留学
2006年 徳島大学医学部 講師復職
2010年 帝京大学医学部附属溝口病院整形外科 准教授
2013年 徳島大学大学院医歯薬学研究部 運動機能外科学 教授(11月1日より)

所属学会

International Society for Study of the Lumbar Spine (Active member)
Pacific and Asian Society of Minimally Invasive Spine Surgery (Board Member)
日本整形外科学会(スポーツ委員、用語委員)
日本脊椎脊髄病学会(評議員)
日本整形外科スポーツ医学会(理事)
JOSKAS(日本関節鏡・膝・スポーツ整形外科学会)(評議員)
日本低侵襲脊椎外科学会(世話人)
日本臨床バイオメカニクス学会(評議員)
中部日本整形外科災害外科学会(評議員)
中国四国整形外科学会(理事)

