

高齢者脊柱側弯症 二症例の報告

公益社団法人 長野県柔道整復師会
原接骨院 原 隆

【目的】

平成28年の本学会で、Cobb角41.0度と診断された高齢者の症例を報告したが、今回は新たな二症例について報告する。

【対象】

NS:65歳、女性、初検、平成30年11月26日、
胸腰椎右側弯Cobb角44.0度

NK:74歳、女性、初検、令和元年5月10日、
胸腰椎左側弯Cobb角29.0度

<既往歴>

NS：脊柱管狭窄症・骨粗鬆症

NK：夕方になると背部に強い張り、姿勢が不安定になりやすい・骨粗鬆症

【初検時】

NS:65歳



胸腰椎右側弯Cobb角
(Th10~L4) **44.0度**

平成30年5月7日



平成30年11月26日

【初検時】

NK:74歳



胸腰椎左側弯Cobb角
(Th9~L3) **29.0度**

令和元年5月10日



令和元年5月10日

【方 法】

大塚乙衛氏考案による高齢者用の体操療法とRHPI療法の効果について、X線画像と立位背面の画像をもとに比較した。なおNKは遠方在住で定期的な治療が不可能なため、RHPI療法を通常2週間に1回程度のところ、4日間で6回の集中治療を3回行った。

1. RHP I 療法



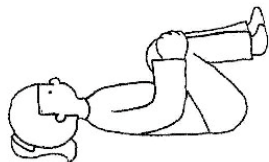
■側弯症矯正具の使用前
腰椎Cobb角 約40°

■側弯症矯正具の使用時
腰椎Cobb角 約30°

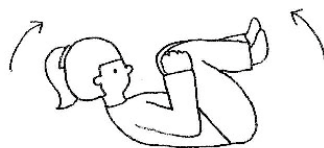
【体操療法について】

【1】ひざ抱え体操

① あおむけになって、両手で両ひざをつかむ



② 両ひざをグッと胸に引き寄せ、同時に頭を、上げて、抱えた膝を頭に引き寄せる



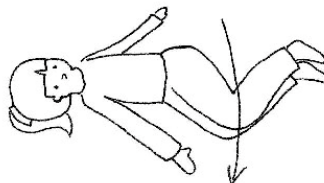
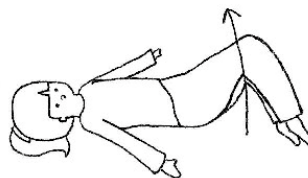
③ ①、②を50~100回くり返す

【2】ひざ立て横倒し体操

① あおむけになって、両手を斜め下に広げ、両ひざをそろえて立てる

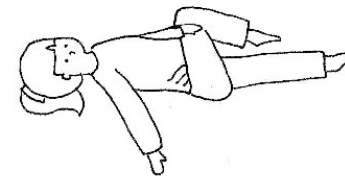


② ひざを左右に倒す。左右対称に倒せるように心がけて、50~100回くり返す



【3】左右ストレッチ

① 右足を左床に倒して体を10秒間ねじる



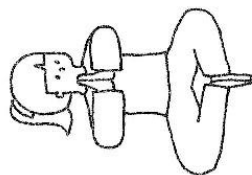
② 左足を右床に倒して体を10秒間ねじる



③ 左右10秒ずつを2回くり返す

【4】両手両足体操

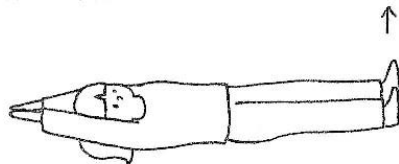
- ① あおむけになって、左右の手のひらを胸の前で合わせ、両足の裏も合わせる。
この時両ひざの高さをそろえる



- ② 両手は上に、両足は下にシュッシュッと勢いよく伸ばすことを50回くり返す

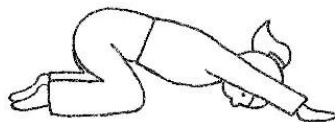


- ③ 最後にあわせた両手を頭の上で伸ばす。
両足はそろえて下に伸ばしつま先を上に向けてアキレス腱を伸ばし、1分間姿勢を保って終了

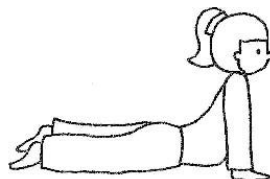


【5】ねこちゃん体操

- ① お尻を上げ、体を起こして四つん這いになる
この時、ひじは床につけないようにする



- ② 体を前方に伸ばしていき、体をそらせる
この時、太ももは床に付けて良い



- ①②ともに7秒静止を5回ずつ行う

【6】ゴム引っ張り体操 part2

- ① 肩とひじを平行にして、胸の前で左右の拳をつける



- ② 肩とひじを平行に保ったまま、肩甲骨同士を寄せるイメージで、拳を離していく

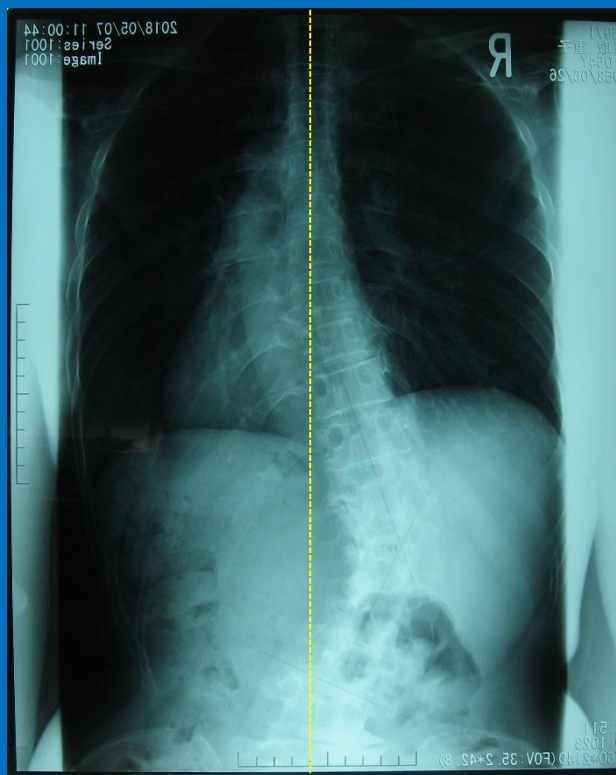


- ③ これを7秒×3セット行う

NS

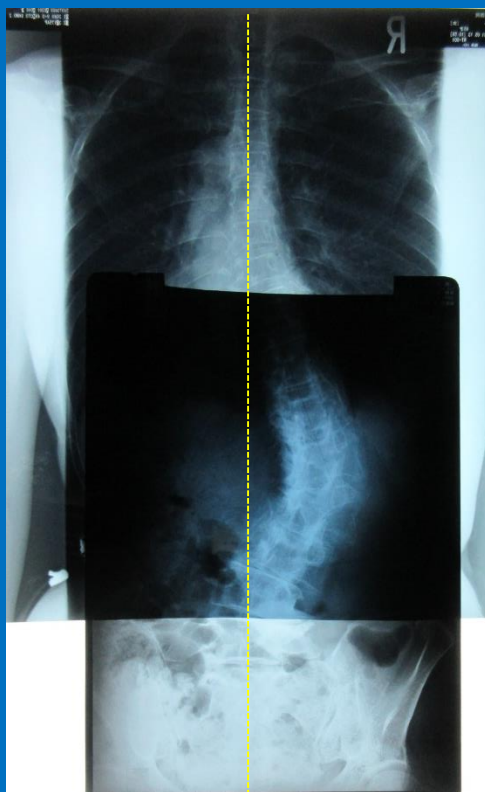
【結果1 X線所見】

＜初検時＞



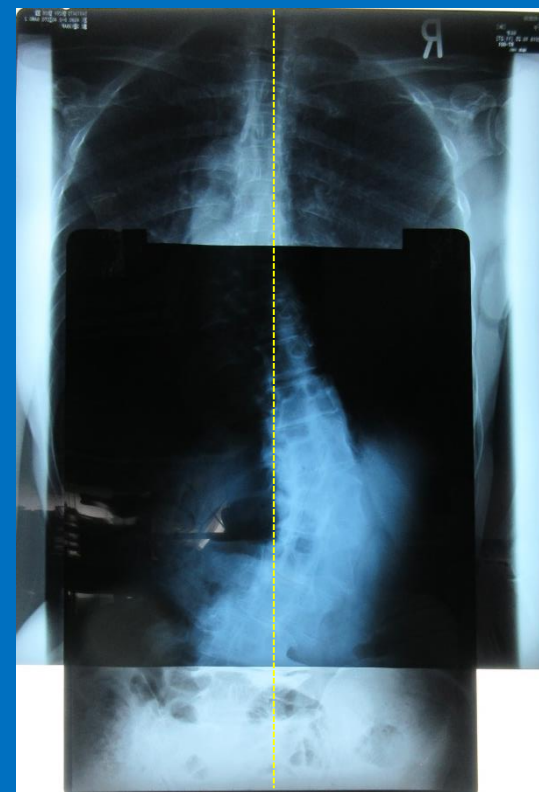
胸腰椎右側弯Cobb角
(Th10~L4) **44.0度**

平成30年5月7日



胸腰椎右側弯Cobb角
(Th10~L4) **40.0度**

令和元年5月13日



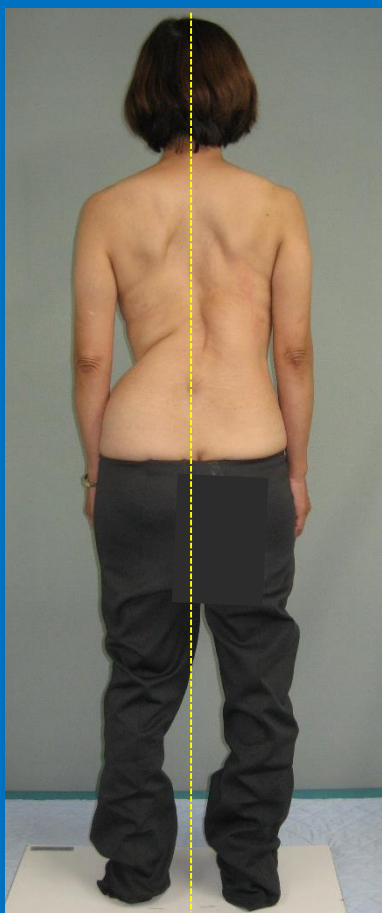
胸腰椎右側弯Cobb角
(Th11~L4) **42.0度**

令和元年10月25日

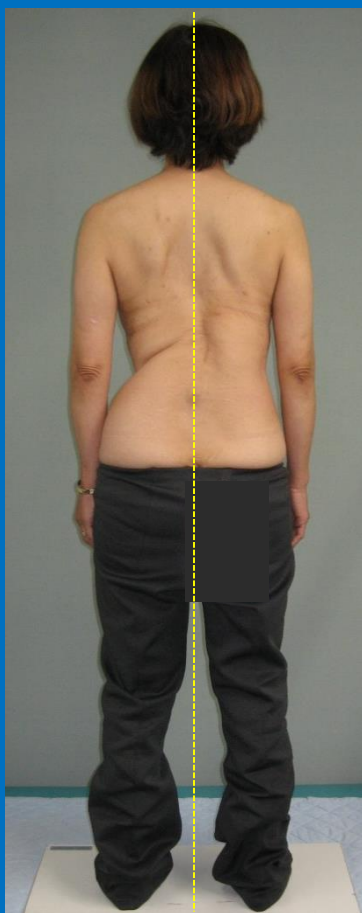
NS

【結果2 外見所見】

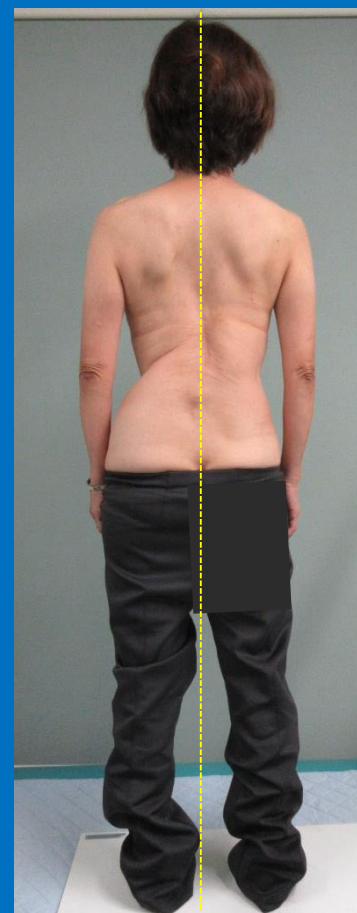
<初検時>



平成30年11月26日



令和元年5月9日

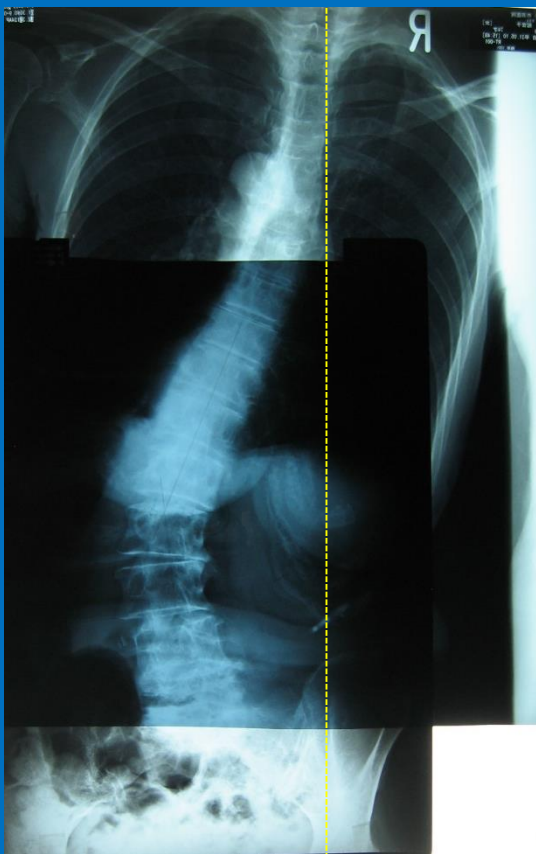


令和元年10月25日

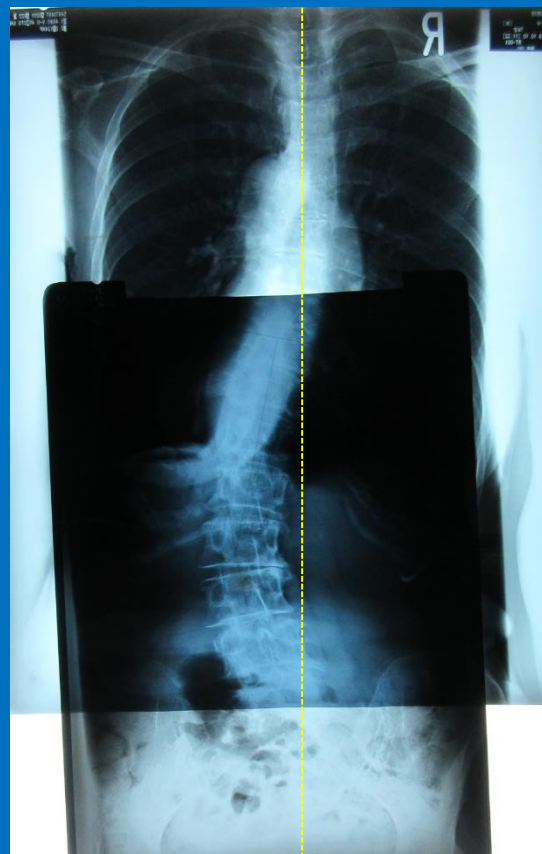
NK

【結果 1 X線所見】

<初検時>



胸腰椎左側弯Cobb角
(Th9~L3) **29.0度**
令和元年5月10日



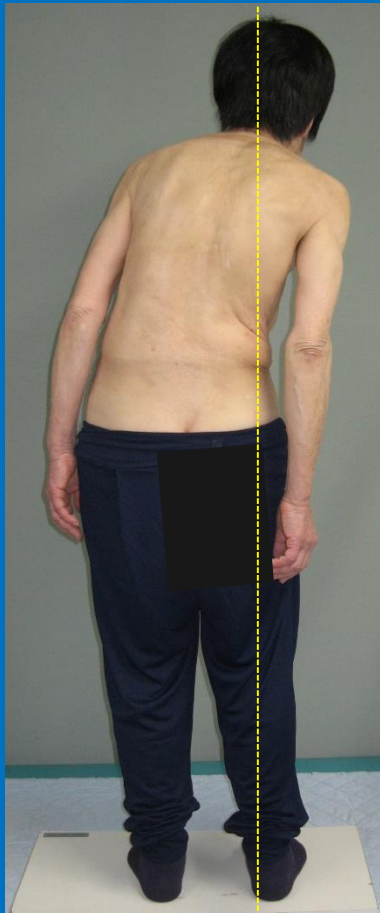
胸腰椎左側弯Cobb角
(Th9~L3) **23.0度**
令和元年10月10日

NK

【結果2 外見所見】

<初検時>

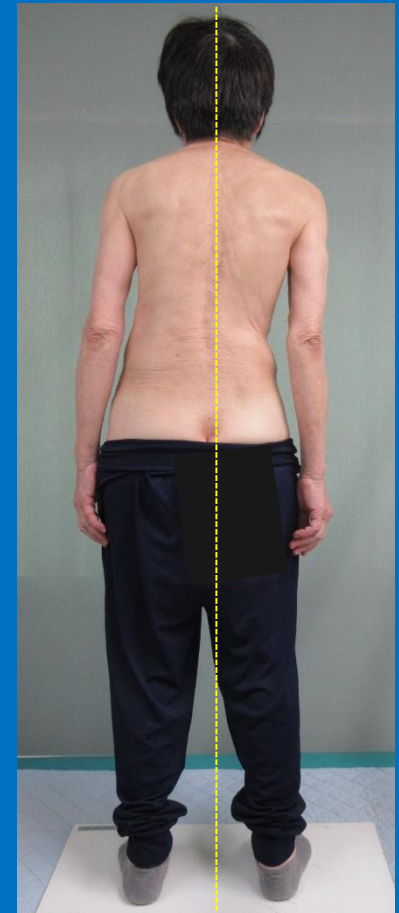
<2回目の集中治療前>



令和元年5月10日



令和元年7月17日



令和元年10月10日

【考 察】

短期間ではあるが体操を継続できたのは、2名とも改善したいという意志が強固なことと、効果を実感していたからと思われる。

NSはX線検査では、5度未満のため有意差を断定できないが、外見所見から定期的なRHPI療法と体操の継続により変化を確認できたこと。

NKはX線検査で有意差の指標となる5度以上改善するとともに、2ヶ月経過した7月17日、2回目

の集中治療前の外見所見から、前傾ならびに右傾斜の状態が、初検時まで戻っていないことから自宅で継続していた体操のみでも一定の効果が示唆されたこと。

以上の点を踏まえ、二症例とも筋力や身体機能が低下しやすい高齢者であり、さらに骨粗鬆症であっても事故なく改善できたことから、本療法が安全かつ安心であると自負できたため、今後も患者とともに改善できるよう努力したいと考える。

【結 語】

1. 高齢者脊柱側弯症の本症例に対し、RHP I 療法、体操療法の併用治療は有用であった。
2. この治療法を行うにあたっては、医接連携が必要不可欠である。
3. 高齢者は、フレイルへの配慮と予防のためにも、慎重かつ継続的な治療が必要である。



ご清聴ありがとうございました