

2016年(平成28年)4月7日(木)掲載



高齢者編 ⑩

くらし

けんこう

昨年、英国で開催されたラグビーワールドカップでの日本代表の活躍は、記憶に新しいところです。試合を見ていて、いてもたってもいられなくなったラグーマンは少なくないと思います。

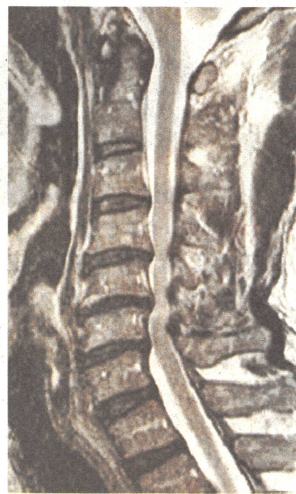
「今度のOB会では久しぶりに試合で汗を流そうか」。若い頃ラグビーでならした方々の中には早速、旧友と連絡を取った方もいらっしゃるかもしれません。が、もしも体を動かすのであれば、ぜひとも「脊髄損傷」に注意していただきたいと思えます。

秋田厚生医療センター  
整形外科医

阿部 利樹

## 脊髄 軽微な外傷で損傷も

脊髄が損傷してしまふ病態で、高齢者に多いとされています。年を取ると、脊柱管という脊髄が入っている管が狭窄を起こします。そこに軽微な外傷が加わることで脊髄損傷が発症することがあります。



頸椎側面のMRI画像。外傷による骨折はないが、脊柱管狭窄が多椎間に認められる

上肢にしびれや痛み、運動障害が生じる「中心性頸髄損傷」となるケースが多くあります。ラグビーワールドカップで見られたような激しいタックルを受けなくとも、軽微な外傷で起こる可能性があるので注意が必要です。

スポーツは老若男女を問わず、やる人、見る人に喜びや感動を与えてくれます。心身の状態はおのの異なります。いつまでもスポーツを楽しめるよう、日頃から自分自身の健康状態を十分把握しておくことが大切です。

〈第1、3木曜日掲載〉



あべ・としき 64年仙台市生まれ。秋田大医学部卒、同大学院修了。秋田市の秋田厚生医療センター勤務。日本脊髄脊髄病学会指導医。