

P3-A-0854

不良肢位の改善により疼痛が消失した頸椎症の若年例

野中 理絵, 野中 一誠, 西 亮介, 吉田 亮太, 松島 知生, 西 恒亮

医療法人 龍邦会 東前橋整形外科 リハビリテーションセンター

key words 若年・頸椎症・アライメント

【目的】

頸椎症は 40 歳以上の男性の下位頸椎に好発すると言われており, 若年における症例報告は散見しない。今回, 頸椎症と診断された 20 代女性の理学療法を担当する機会を得た。アライメントに着眼して介入し, 良好な結果が得られたので, 以下に報告する。

【症例提示】

症例は 20 代女性, 診断名は頸椎症。現病歴は起床時に頸部痛出現, 鎮痛剤にて症状消失。約 2 か月後に同様の症状出現, 鎮痛剤でも症状変わらず, それから 1 か月後に理学療法開始。主訴は頸を曲げると左頸部後方が痛くなる。X-p 所見では, C3/4・4/5・5/6 椎間腔狭小化を認めた。座位アライメントでは頭部・上位頸椎伸展位, 下位頸椎前彎が消失し, 頭部・C2-3 右回旋位, C4-7 左回旋位を認めた。頭頸部前屈時に左頸部後方に疼痛を認めた。前屈動作として下位頸椎の動きはほとんど見られず, 上位頸椎の左回旋・側屈を伴い, 前屈最終域で頭部左回旋位となった。頭部を正中位へ修正することで自動運動時の疼痛消失。頭頸部筋群に過緊張・圧痛, 左頭半棘筋・板状筋に硬結が認められた。神経学的所見は認められなかった。

【経過と考察】

本症例では頭部・頸椎マルアライメントの状態で, 上位頸椎の左回旋・側屈を伴う前屈運動を行っていた。そのため頸椎症に伴う二次的な筋スパズムが左頸部筋に生じ, これが疼痛の原因であったと考える。そこで頭頸部筋群のストレッチングやマッサージに加えて, 頭部正中位での頭頸部自動運動を中心に行った。その結果, 介入後 2 ヶ月で疼痛消失, 座位では頭部マルアライメントが改善し, 上位頸椎の左回旋・側屈を伴わずに前屈が可能となった。

頸椎症に対する理学療法の概要として, 後部頸部筋群・肩甲帯周囲筋群のリラクセーションを目的としたストレッチング・温熱療法, 良姿勢指導・禁忌肢位指導が報告されている。本症例により, 若年で発症した頸椎症に対しても, 姿勢指導や運動療法が有効であるということが示唆された。