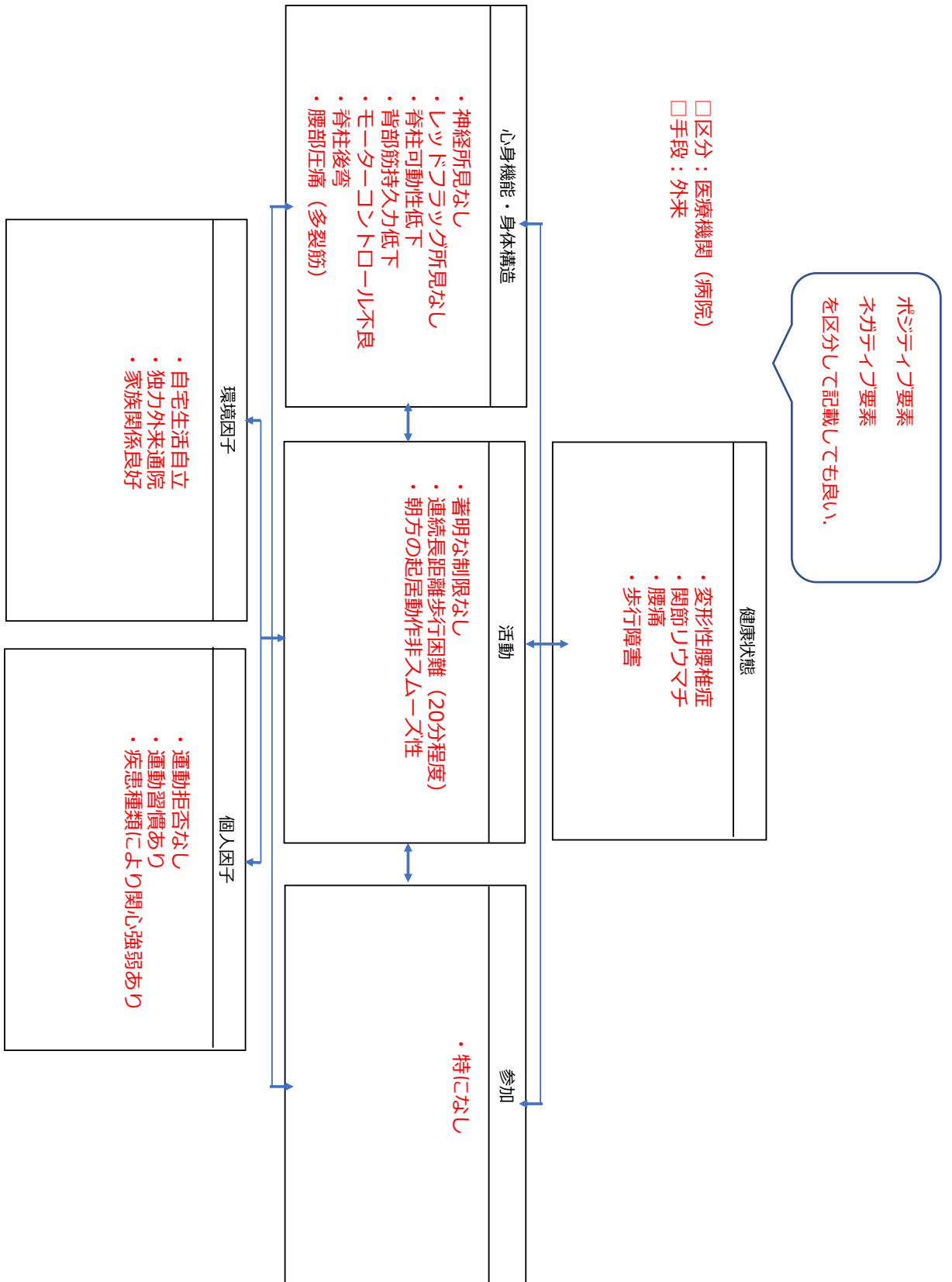


実習施設名： ○○法人○○会○○病院

学生氏名： 新潟 太郎



学生氏名 (自署) :

症例情報	年 齢	32 歳	性 別	男性
診断名	変形性腰椎症			
障害名	腰痛, 歩行障害			

#### <背景や病態>

数年前より当院外来にて腰, 膝, 内科の受診歴あり. 定期診察を受けており, 徐々に腰痛が悪化. 変形性腰椎症の診断にてリハビリ開始となった. なお, 既往にはリウマチ, 変形性腰椎症を有している. 主訴としては腰部痛による歩行時 QOL の低下であった.

#### <評価結果と問題点>

初期介入時, 画像から L1/L2 椎体前方及び後方に骨棘を確認. 同部位の椎間板は吸収像を確認. 身体機能では前方 FFD, 後方 FFD において腰椎の低可動性を確認. また, 後方 FFD 時には膝関節による代償が強く確認された. 腱反射は大腿四頭筋 $\pm/\pm$ , アキレス腱 $\pm/\pm$ . 感覚障害はなし. 圧痛が両側多裂筋(L2-S1)に VAS6-8 の強さで確認. 易疲労性として, 20 分程度で疲労感出現していた. また, 全体的に姿勢は後弯位を呈していた. なお, 運動に対する拒否的概念は有していなかった.

#### <介入目的と内容>

上記結果から, 脊柱後弯位アライメント, 腰部筋群の易疲労性, 伸展運動のモーターコントロール不良が主たる問題と考え, 治療プログラムを実施した. 内容は, 腹臥位および座位での体幹伸展運動, 体幹前面および大腰筋のストレッチング, 両側股関節伸展筋群の筋力向上運動とし, 可能な範囲でこれらの内容を自宅で行うよう指導した.

#### <結果と考察>

圧痛は両側多裂筋(L2-S1)VAS にて 2-3 に軽減し, 身体機能では前方 FFD0 cm, 日常的な歩行量は 40 分程度まで可能となった. アライメントは著変なく, 腰部の持久力も低いままだった.

本症例の歩行中における腰部痛は, マルアライメントによる腰背部の持続的伸長ストレスが腰背部筋群の易疲労性を惹起したものと考えた. 介入当初より, 腰部には圧痛があり, 腰椎の可動性は非常に乏しかった. 腰椎-骨盤-股関節の運動においても, 可動性は低く, 腰部筋群のスティフネスが認められた. このことより, 脊柱-骨盤-股関節の可動性向上と筋機能改善を目的に, 体幹伸展運動や, ストレッチングを行い, 自宅でも同様のエクササイズを実施するよう管理した. 幸い, 本症例には運動習慣があったため, 自宅での新しいエクササイズを導入することは困難ではなかった. これらのことが, わずかな期間にも関わらず症状が大きく軽減した要因であろうと考えた.

文献を使用したい場合は,  
(著者名, 年号) を記載する. 著者が複数いる場合は, (著者, 他, 年号) と記す.

年 月 日  
実習指導者名 (自署) : 印