



整形外科で使用される薬

腰痛や手足のしびれを訴え整形外科を受診した方の中で、腰部脊柱管狭窄症や椎間板ヘルニアと診断を受ける人も少なくないでしょう。そういった症状・疾患に対して処方される頻度の多い3つの薬剤についてその特徴をお伝えします。

①リリカ(プレガバリン)カプセル/OD錠

リリカは神経障害性疼痛に用いられることの多い薬剤です。神経伝達物質を抑制することで、過敏になっている神経を鎮め鎮痛作用を發揮します。

副作用 浮動性めまいや傾眠が主に見られます。すべての方に副作用が出るのではなく人によって感じる人感じない

人がいますので、服用してめまいや眠気を感じた際には医師や薬剤師に相談しましょう。

②オパルモン(リマプロストアルファデクス)錠剤

オパルモンは特に脊柱管狭窄症の方に処方されることの多い薬剤です。薬剤の効果として血管拡張作用や血流増加作用があり、脊柱管狭窄症による血流低下を改善し、しびれなどの症状を改善することが期待されます。

③サインバルタ(デュロキセチン)カプセル

※後発品はカプセル/錠剤

慢性腰痛や変形性関節症などの慢性的な痛みのある方に用いられることの多い薬剤です。サインバルタはセロトニン・ノルアドレナリンという物質の濃度を高めることで下行性

疼痛抑制系の働きを活性化させ、鎮痛作用を示します。

(下行性疼痛抑制系…もともと人間の体に備わっている過剰な痛みを伝えるシステム)

副作用としては①と同様にめまいや眠気、下痢や吐き気などが主に報告されています。これらの副作用は数日で収まる場合もあると言われます。ひどく症状が現れた場合は医師や薬剤師に相談しましょう。

この他にも整形外科領域で使われる薬剤はたくさんありますので検査・診察を通じてご自身の痛みを軽減できる薬剤を見つけていきましょう。

とがみ薬局

薬剤師 吉谷地晴樹



ふるかわ整形外科クリニック

古川 孝志 先生 (整形外科)

骨粗鬆症について



骨粗鬆症とは体幹を構成する骨の骨量が減少して骨折を起こしやすい状態を言います。

中高年者になると発症することが多くなる脊椎の圧迫骨折、大腿骨頸部骨折、上腕骨頸部骨折や橈骨遠位端骨折などは代表的な4大骨折とも呼ばれます。骨折を起こしてしまうと日常生活動作(ADL)や生活の質(QOL)が低下してしまい早期の寝たきりを招いたり、さらには死亡率を高めてしまう

ことが知られています。また一度骨折を起こすと次の骨折を起こしやすくなります。人生100年時代をよく耳にするようになり、同時に健康寿命100年を目指す時代です。日本には骨粗鬆症の患者数は推計1400万人とも言われておりADLやQOLを低下する骨折の予防が大切になります。脊柱後弯を生じてしまう脊椎圧迫骨折は急性期には起床時に腰背部痛が強く体動困難な時期が数週間続いたり、慢性期にはいわゆる腰曲がりの状態になり長く立っていたり歩行が困難になり体幹や下肢の筋力低下や筋肉の萎縮を生じてしまい寝たきりやその前段階の虚弱(フレイル)を早期に発症してしまう可能性があります。

骨折を生じてしまうと運動時の痛みに対して痛み止めの内服薬の使用や体幹を固定するコルセットによる治療をすることが一般的で患者さんは辛い思いをすることがあります。前述したようにこれらの骨折を予防することが非常に大事になります。まずは栄養と運動で筋肉量が減少しないようにすることが大切です。筋肉量が減少すると骨量も減少することが知られているからです。骨や筋肉に必要な栄養素をしっかり摂取することが重要です。カルシウムなどのミネラルやビタミンC,DやKなどのビタミン類およびタンパク質の摂取が大切です。また散歩などの有酸素運動と体幹や下肢筋力トレーニング、例えば片脚起立でのバランス訓練や椅子から起立動作を繰り返すなどスクワット運動などが良いと思います。

元気で100歳時代を迎えられるように心も体も骨も元気で人生を楽しく過ごしていきましょう。

