

アスリートの腰部 pain generator

— 謎の腰痛を攻略する最新の知見

これまで、腰痛の85%は非特異的腰痛でそのほとんどが原因不明であるといわれてきた。しかしながら最近の画像学をはじめとした診断技術の進化により、これまで謎であった非特異的腰痛の病態が観察できるようになってきている。代表的な画像がMRI STIR像であろう。これにより、痛い部分が光って見えるようになり、多くの謎が解けるようになったのである。

アスリートの謎の腰痛の原因を解き明かし完治に導くために、本特集では4つのカテゴリーを作成した。

まず診断の最前線。謎の腰痛に陥りやすい3つの病態を解説した。椎間板性腰痛、分離症、Modic changeである。いずれも腰痛を引き起こしにくいとの報告もあり、pain generatorとしては未だ論争的である。たしかに発痛源でない場合もある。そこで今回は、痛みのメカニズムを詳細に解説していただいた。痛い椎間板、痛い分離症、痛いModic。これらを理解すれば、非特異的腰痛におけるpain generatorの多くは理解できる。

次が最小侵襲全内視鏡手術。21世紀に入り急速に進化した手術法である。顕微鏡手術や顕微内視鏡手術（micro-endoscope; MED）と異なり、内視鏡を直接椎間板に挿入できるメリットがある。それにより traditional な手術を低侵襲化するだけでなく、これまで不可能であった治療を可能としているのである。Disc-scope による椎間板内治療。固定術が回避できる時代がそこまできている。

一口にアスリートといっても多くの競技があり、競技特有の腰痛の病態が存在する。アスリートの身体を預かる医療従事者は、競技特性にも熟知する必要がある。今回は、野球、ラグビー、水泳を取り上げた。

そして最後が、最先端の体幹コンディショニング理論である。私が最も注目している、joint by joint theory とモーターコントロールを紹介した。体幹に関する運動療法はここ数年で革新的進化を遂げている。スポーツドクターも必ず知っておくべき理論である。

さて、今回の特集号では、謎の腰痛を攻略する最新の知見を紹介した。腰痛には謎はなく、pain generator を確定診断し、ピンポイントに治療すれば完治に導くことが可能となる時代である。本特集号を通読すれば、もはや非特異的腰痛の病態診断は容易であり、完治に導く手段が“そこ”にあることを体感していただけると確信している。2020年、腰痛に謎はない。皆様方に、この信念で診断と治療に臨んでいただければ望外の喜びである。

(西良浩一)