

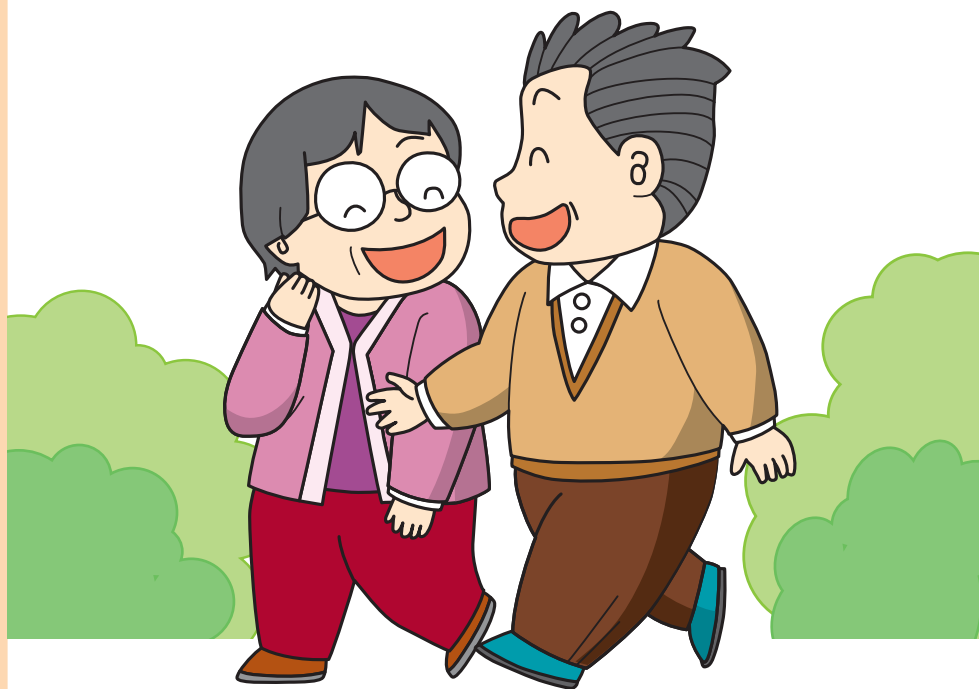
リマプロストアルフアデクス錠

5 μ g「日医工」

を服用されている方へ

よう ぶ せき ちゅう かん きょう さく しょう

腰部脊柱管狭窄症の方へ



医療法人社団 北海道整形外科記念病院
理事・副院長・脊椎外科センター長

織田 格 先生

はじめに

日本は世界にさきがけて超高齢社会を迎え、加齢に伴う関節や脊椎など運動器の障害による症状（ロコモティブ・シンドローム）を訴える人が増えています。その要因の一つとして腰部脊柱管狭窄症があげられます。

腰部脊柱管狭窄症は、背骨の変形により神経が通る管「脊柱管」が狭くなり、中の神経が圧迫され、下肢のしびれや痛みが出てきて歩きづらくなる病気です。この病気は加齢とともに生じる老化現象のひとつですので、むやみに怖がる必要はありません。手術が必要な一部の患者さん以外は、お薬で症状が軽くなることが期待できます。症状の程度によって効果があらわれるまでに時間がかかることがありますので、用法・用量を守って服用してください。医師の適切な診断と治療を受けて、快適な日々をお過ごしください。

織田 格

目次

■ リマプロストアルファデクス錠5 μ g「日医工」とは…P1

1.安全に服用していただくために

- ①服用する前に …………… P1
- ②服用中の注意 …………… P2
- ③副作用に関する注意 …………… P2
- ④保管時の注意 …………… P2

2.腰部脊柱管狭窄症とは

- ①原因 …………… P3
- ②症状 …………… P3
- ③リマプロストのはたらき …………… P4
- ④日常生活で注意すること …………… P5

■リマプロストアルファデクス錠5 μ g「日医工」とは

- ・このお薬は血管を拡張、血液の流れをよくします。
- ・このお薬は腰部脊柱管狭窄症による下肢のしびれや痛みなどの症状を和らげ、歩行能力を改善する働きがあります。

1日3回、朝・昼・夕に1錠ずつ
服用してください。



1.安全に服用していただくために

① 服用する前に

以下の方は、服用する前に必ず医師または薬剤師にお伝えください。



- 以前にお薬を服用して発疹やかゆみなどのアレルギー症状が出たことのある方
- 妊娠または妊娠している可能性のある方
- 授乳中の方
- このお薬には併用を注意すべきお薬があります。他のお薬を服用中の場合には、必ず他のお薬を服用していることを医師または薬剤師に伝えてください。

② 服用中の注意

- 必ず医師または薬剤師の指示通りに服用してください。
自己判断で服用を止めたり、お薬の量を増やしたりしないでください。
- 飲み忘れた場合は、気がついた時にできるだけ早く1回分を服用してください。ただし、次の服用時間が近い場合は、忘れた分は服用しないでください。絶対に2回分を一度に服用しないでください。

③ 副作用に関する注意

このお薬を服用中に以下のような症状に気づいた場合は、早めに医師または薬剤師にご相談ください。

- 全身のけん怠感
- 白目や皮膚が黄色くなる
- 食欲不振
- 日光があたった部分が赤くなる
- 頭痛 
- 吐き気、嘔吐 
- 発疹、かゆみ、蕁麻疹
- 鼻血、歯ぐきの出血、青あざができる
- 下痢

これらの症状以外でも気になることがあれば医師または薬剤師にご相談ください。

④ 保管時の注意

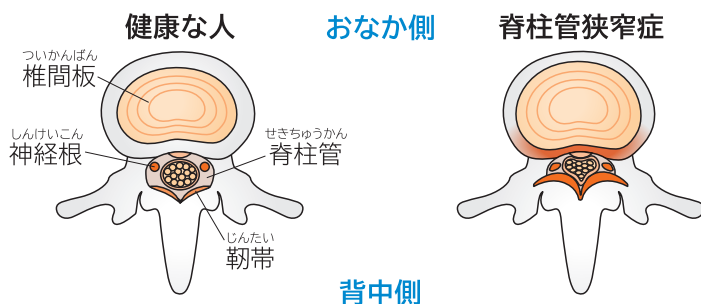
- このお薬はあなただけに処方されたお薬です。他の人には絶対に渡さないでください。
- 直射日光、高温多湿を避けて保管してください。
- 子供の手の届かない場所に保管してください。

2.腰部脊柱管狭窄症とは

年齢を重ねると、多くの人の背骨に加齢による変形がみられるようになります。背骨が変形して脊柱管が狭くなることを脊柱管狭窄症といいます。脊柱管狭窄によって中の神経が圧迫されると、神経に血液を送っている血管も圧迫されます。このような神経の圧迫と血流低下は、下肢のしびれや痛みを引き起こします。

1 原因

脊柱管とは、背骨の中を縦に走るトンネルのようなもので、中には神経が通っています。加齢、重労働、あるいは病気によって背骨が変形すると、脊柱管が狭くなり中の神経が圧迫されます。



2 症状

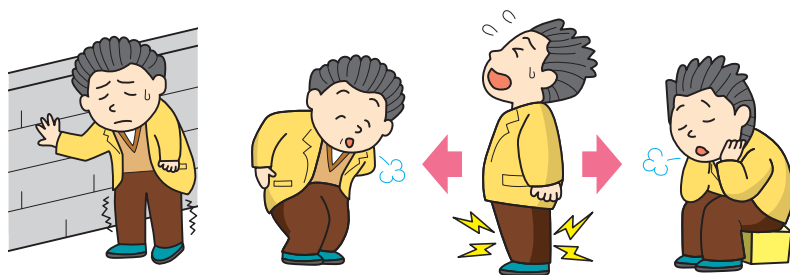
- かんけつ は こう
- 間欠跛行（次のページをご参照ください。）
 - 背筋を伸ばして立っているだけで下肢にしびれや痛みを感じる
 - 前かがみの姿勢で休むと下肢のしびれや痛みが和らぐ
 - 自転車に乗っている場合は下肢にしびれや痛みが出ない
 - 神経の圧迫により尿がでにくくなったり、尿が漏れたりすることがある
 - 肛門周囲にほてりがでたり、便秘になったりすることがある

かんけつはこう

間欠跛行とは

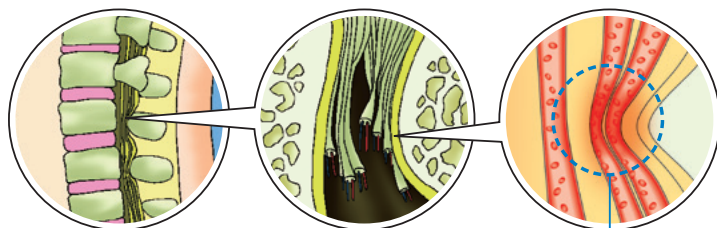
間欠跛行とは、歩いていると下肢がしびれたり、痛くなったりして長い距離を歩けなくなりますが、しばらく休むと症状が和らぎ再び歩けるようになる、このような症状をくり返すことです。

また、イスに腰掛けたり前かがみになると下肢の痛みが和らぐ、下り坂で歩いたり腰を伸ばすと症状が強くなるのが特徴です。



③ リマプロストのはたらき

リマプロストアルファデクス錠 $5\mu\text{g}$ 「日医工」は神経に血液を送っている血管を拓げます。神経の血流がよくなるので、下肢のしびれや痛みが和らぎ、歩行能力も改善します。



血管が圧迫され
血流が悪くなっている

4 日常生活で注意すること

動ける範囲でなるべく体を動かす「運動習慣」を生活の中にとりいれましょう。

例えば、

外出するとき

- シルバーカーなどの手押し車を使う
- 杖を使う
- 自転車を利用する

など、やや前かがみの姿勢をとるように工夫しましょう。



寝るとき

- 横向きに背中を丸めて寝る
- 仰向けに寝る場合は、足を高くする

など、腰を少し丸めて寝るよう工夫しましょう。



症状を悪化させる姿勢や動作

- 体を後ろにそりかえる
- 長時間立ち続ける
- 重いものを持つ
- 腰をひねる

など、症状を悪化させる姿勢や動作は避けましょう。



食事

- 脂肪や塩分、カロリーの摂りすぎに注意し、バランスのとれた食事に心がけましょう。
- 腰に負担がかからないよう体重を減らしましょう。

