

行政指導による腰痛健康診断について

日本は腰痛が有訴率第一位(もっとも多い症状)であり、日本人の8割以上が生涯において腰痛を経験している腰痛大国です。それ故、VDT1)健康診断、騒音健康診断などと同じく行政指導による健康診断が定められています。

腰痛健康診断

重量物取扱い作業に従事する労働者、介護作業等腰部に著しい負担のかかる作業に常時従事する労働者に対しては、当該作業へ配置する前およびその後6ヶ月以内ごとに1回、次の項目の健康診断を実施する必要があります。

配置前の健康診断

1. 既往歴(腰痛に関する病歴およびその経過)および業務歴の調査
2. 自覚症状(腰痛、下肢痛、下肢筋力減退、知覚障害など)の有無の検査
3. 脊柱の検査:姿勢異常、脊柱の変形、脊柱の可動性および疼痛、腰背筋の緊張および圧痛、脊椎棘突起の圧痛などの検査
4. 神経学的検査:神経伸展試験、深部腱反射、知覚検査、筋萎縮などの検査
5. 脊柱機能検査:クラウス・ウェーバーテスト2)またはその変法(腹筋力、背筋力などの機能のテスト)
6. 腰椎のX線検査:原則として立位で2方向撮影(医師が必要と認める者についてのみ)

定期健康診断

1. 既往歴(腰痛に関する病歴およびその経過)および業務歴の調査
2. 自覚症状(腰痛、下肢痛、下肢筋力減退、知覚障害など)の有無の検査

※定期健康診断の結果医師が必要と認める者については、次の検査を実施しなければなりません。

1. 脊柱の検査:姿勢異常、脊柱の変形、脊柱の可動性および疼痛、腰背筋の緊張および圧痛、脊椎棘突起の圧痛などの検査
2. 神経学的検査:神経伸展試験、深部腱反射、知覚検査、徒手筋テスト、筋萎縮などの検査(必要に応じ、心因性要素に関わる検査を加える)
3. 腰椎のX線検査
4. 運動機能テスト

注) 1) VDT: (Visual Display Terminals) を使用した作業を言い、一般的にはコンピュータを用いた作業を指す。

2) クラウス・ウェーバーテスト

筋力(筋力)	動作項目	筋力				評点	立位体前屈																													
		5点	4点	3点	2点																															
腹筋群	1	支持なし 5点 支持あり 4点 完全に起き上がる	3点 腰椎が完全に床から離れる 上体が45°以上⊕ 上体が45°以下⊖	2点 肩甲骨より上が床から離れる	1点 頭より上が床から離れる	5																														
	3	支持なし 5点 支持あり 4点 完全に起き上がる	3点 腰椎が完全に床から離れる 上体が45°以上⊕ 上体が45°以下⊖	2点 肩甲骨より上が床から離れる	1点 頭より上が床から離れる	5																														
筋持久力	1	支持 25° 60秒保持 (背を丸めて視線は腹部へ)	<table border="1"> <thead> <tr> <th>評価</th> <th>合計点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>5</td> <td>40</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>38・39</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>36・37</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>34・35</td> </tr> <tr> <td>1</td> <td>31~33</td> </tr> <tr> <td>0</td> <td>30以下</td> </tr> </tbody> </table>		評価	合計点		5	40	4	38・39	3	36・37	2	34・35	1	31~33	0	30以下	60秒以上 / 6点	5	<table border="1"> <thead> <tr> <th>評価</th> <th>測定値</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>5</td> <td>下25cm~</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>19~24cm</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>12~18cm</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>5~11cm</td> </tr> <tr> <td>1</td> <td>0~4cm</td> </tr> <tr> <td>0</td> <td>~上</td> </tr> </tbody> </table>	評価	測定値	5	下25cm~	4	19~24cm	3	12~18cm	2	5~11cm	1	0~4cm	0	~上
	評価	合計点																																		
	5	40																																		
4	38・39																																			
3	36・37																																			
2	34・35																																			
1	31~33																																			
0	30以下																																			
評価	測定値																																			
5	下25cm~																																			
4	19~24cm																																			
3	12~18cm																																			
2	5~11cm																																			
1	0~4cm																																			
0	~上																																			
2	25° 60秒保持 (膝を曲げないように)	50 / 5点	6																																	
3	支持 25° 60秒保持 (背を丸めて視線は腹部へ)	45 / 4点 40 / 3点	6																																	
背筋群	4	支持 25° 60秒保持	35 / 3点 30 / 2点	6																																
	5	25° 大腿部より挙上 60秒保持 (膝を曲げないように)	25 / 1点 20 / 0点	6																																
				合計	40																															

2) クラウス・ウェーバーテスト変法(大阪市大式)と立位体前屈

労働者の腰を守るようお願いします。



多摩東部地域産業保健センター 〒181-0014 三鷹市野崎 1-7-23 三鷹市医師会館内
 電話 0422-47-2155 FAX 0422-48-0982
 e-mail <http://www.mitaka.tokyo.med.or.jp/sannpo/index.html>