



RAKUWA  
lecture of health

第122回 らくわ健康教室

2012年11月2日



## 整形外科で診る足の病気

～足の外来で何を診てる?～

洛和会丸太町病院 整形外科 医長 <sup>まさ</sup>牧 <sup>まさひろ</sup>昌弘



子どもたちのために、未来へ…

洛和会ヘルスケアシステム<sup>®</sup>

洛和会丸太町病院 洛和会音羽病院  
洛和会音羽記念病院 洛和会みささぎ病院



RAKUWA  
lecture of health

# 整形外科で診る足の病気 ～足の外来で何を診てる?～

足の外来を整形外科の専門外来として設けている病院は全国でも少なく、あまり認知されていません。足の外来で扱っている代表的疾患を紹介します。

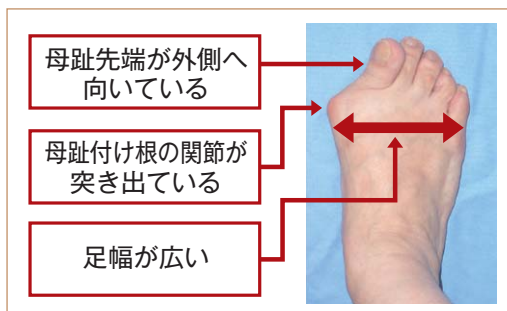
## 足の代表的疾患

整形外科で診る足の病気はさまざまですが、代表的な病気として次の6つをご紹介します。

- ① 外反母趾<sup>ほし</sup>
- ② 強剛母趾
- ③ 扁平足<sup>へんぺい</sup>
- ④ モートン病
- ⑤ 変形性足関節症
- ⑥ 足底腱膜炎



## ① 外反母趾



正常な足では、外反母趾角（足の親指の曲がった角度）は16度前後ですが、外反母趾では、軽度で20～30度、中等度で30～40度、重度ではそれ以上の角度になります。重度では、外反母趾角が90度や母趾（足の親指）が第2趾の下にもぐりこむケースもあります。

## ●ハイヒールの影響

外反母趾とハイヒールの因果関係は明確ではありませんが、重心が前足にかかり過ぎないように、ヒールの高さは4cmまでにしましょう！（石塚忠雄『靴の科学』、講談社、1991年）

## ●外反母趾の治療方法

### <保存治療>

**装具療法：**矯正装具、足底板の着用

**運動療法：**足指でのグー、チョキ、パー体操、タオルを足指だけでたぐり寄せる、タオルギャザリングなど

### 装具治療



夜間用装具

歩行用装具

### 足底板





### <手術治療>

#### ●骨切り矯正固定術

- ①シェブロン法 → 軽度～中等度
- ②マン変法 → 中等度～重度

### ② 強剛母趾

#### 【病態】

- ・第1(足の親指)MTP関節の変形性関節症

#### 【症状】

足の親指の付け根が痛くなり腫れる。関節の動きが妨げられ、親指の付け根の返りが使えなくなります。

- ・MTP関節の運動時痛
- ・可動域制限

#### 【治療】

- ・カイレクトミー(指の関節が動くように、骨棘を切除)
- ・関節固定術
- ・人工関節置換術 など



### ③ 扁平足

扁平足の場合、後脛骨筋腱機能不全になる可能性が高まります。

【症状】 足関節内、外側部の腫れ、とう痛



※背中側から見て、一方の足の指が3本以上見えると重度だといえます。

### ●扁平足の治療方法

#### <保存治療>

- 生活指導(安静指示、運動・体重制限)
- とう痛のコントロール、機能訓練

#### <手術治療>

- 後脛骨筋腱けんしょう滑膜切除術
- 踵骨隆起内側移動術、踵立方関節延長固定術

### ④ モートン病

#### 【病態】

- ・足指MTP関節の間の神経障害

#### 【症状】

- ・歩行時の足指の痛み、しびれ、知覚障害

#### 【治療】

- ・足底板
- ・神経ブロック注射
- ・神経切除術



### ⑤ 変形性足関節症

#### 【病態】

- ・関節軟骨の摩耗、消失、骨の増殖

#### 【症状】

- ・歩行時、動作時の痛み、運動制限、腫脹

#### 【治療】

- ・足底板の着用、ヒアルロン酸注射、手術(関節形成術、関節固定術など)





## 6 足底腱膜炎

### 【病態】

- ・足底腱膜のけん引による炎症

### 【症状】

- ・起床時の立ち上がり時の踵の痛みかかと
- ・長時間歩行時の踵の痛み

### 【治療】

- ・ストレッチ、足底板、注射
- ・**体外衝撃波除痛治療**
- ・内視鏡下腱部分切離術



※「体外衝撃波除痛治療」は洛和会丸太町病院で行っており、近畿圏では初の取り組みです。

### ●足底腱膜炎の治療方法

#### 保存的治療

- ・局所安静 ・消炎鎮痛剤の投与
- ・外用消炎剤の塗布 ・運動療法
- ・足底板の使用 ・ステロイド剤の局所注射

症状が改善しない場合

#### 体外衝撃波療法

症状が改善しない場合

#### 手術的治療

- ・腱膜附着部切離術

※体外衝撃波療法 (ESWT) の保険適応は、一定期間保存治療を行っても症状が改善しないことが条件です。

整形外科の  
新しい治療法

## 足底腱膜炎の治療

### ■体外衝撃波療法 (ESWT)

従来、足底腱膜炎の治療は、保存的治療と手術の2通りしかありませんでした。体外衝撃波療法は、手術をすることなく、衝撃波の物理的なエネルギーを使って、とう痛を軽減します。

### ■体外衝撃波治療のメカニズム

体外衝撃波治療は、衝撃波の物理的エネルギーによって血管を新生し、血液の供給を改善します。そうすることで組織を修復し、とう痛を軽減します。

さらに並行して、衝撃波の物理的エネルギーを加えることによって、自由神経終末を変性し、神経中枢にとう痛が伝導するのを抑制します。痛みの悪循環を終結することでもとう痛を軽減しています。

### ■体外衝撃波治療の特徴

体外衝撃波治療には、以下の特徴があります。

- 体の負担が少ない
- 安全かつ有効な治療
- 入院することなく、通院での外来治療が可能
- 副作用がほとんどない
- 治療時間は約30分程度と短い
- 麻酔がいらぬ
- 傷跡が残らない

## 最後に

足は、人が二本足歩行を獲得して以来、地面からの衝撃を最前線で受ける非常に重要な部分です。当院では、日本足の外科学会や国際足の外科学会が進める、世界基準の治療を心掛けています。



講師プロフィール



洛和会丸太町病院  
整形外科  
医長

まさ ひろ  
牧 昌 弘

専門医認定  
・資格など

- 日本整形外科学会専門医／認定リウマチ医／認定スポーツ医
- 日本リハビリテーション医学会臨床認定医