

# 三菱三原病院 だより



2018  
秋号  
発行元 / 三菱三原病院

三菱三原病院  
〒729-0324 広島県三原市糸崎3丁目3-1  
TEL 0848-62-7331 FAX 0848-62-7764  
http://www.mmhosp.jp/

## 特集

### 「足部の痛みについて」

整形外科部長 十時 龍 (ととき りゅう)



足部（足首から先の部分）の痛みは、病気と捉えられず放置されている事も多いのですが、全体重を支え、起立・歩行で大きな負荷がかかる部位であり、多くの疾患や変形が存在します。また、年齢・性別・職業・スポーツ・既往症などと関連している事も多く、痛みを軽減するためには、原因にあった適切な治療や対処が必要となります。外来診察で比較的多くみられる疾患を取り上げてみました。

#### 【1】 偏平足・開帳足 (へんぺいそく・かいちょうそく)

加齢とともに、靭帯や筋が弱くなり、足底アーチが低くなることで生じます。(図①) 足底部の痛みや疲れ易さを感じます。アーチを支える足底板(そくていばん:靴の中敷のような装具)が有効です。

#### 【2】 足底腱膜炎 (そくていけんまくえん)

過度の運動や偏平足などにより、足底腱膜が線維化(固くなる)して、土踏まずや踵(かかと)部に炎症・痛みが生じる原因になります。踵部が痛い場合は、レントゲン写真で骨棘(こつきょく)がみられる事もあります。(図②) 治療は、運動中止、消炎鎮痛剤、足底板などが適切です。

#### 【3】 外反母趾 (がいはんぼし)

第1中足骨が内反、母趾が外反する変形です。(図③) ハイヒールを履く女性に生じやすいのですが、遺伝要素もあり、男性にも生じます。適した靴や母趾を内反する装具の使用で軽減しますが、高度な痛みや変形を治すには手術が必要な場合もあります。



(図①)



(図②)



(図③)

#### 【4】 有痛性外脛骨 (ゆうつうせいがいけいこつ)

足甲の内側に痛みをみとめます。外傷や過度の負荷により舟状骨(しゅうじょうこつ)という骨に過剰部分(副骨)ができて、痛みの原因になります。(図④) 消炎鎮痛剤や装具治療が有効ですが、痛みが強い場合は、副骨の摘出術などの手術となります。



(図④)

#### 【5】 Morton病 (モートンびょう)

中年以降の女性に多く、荷重すると、足底前部の痛みや足趾に放散する痛みをみとめます。足底部の前側にある神経が圧迫される事で生じるため、靴(特にハイヒール)を履くと、症状が強くなります。内服薬・注射・装具療法などで軽減する事が多いですが、神経がコブ(神経腫)になっている場合は、手術を要する事もあります。

#### 【6】 痛風性関節炎 (つうふうせいかんせつえん)

中年以降・男性の母趾基部に急激な痛みとして発症する事が多く、血中の尿酸が高くなる事で生じます。消炎鎮痛剤で軽快しても、薬剤や食事による尿酸値を抑える治療が、最短で3ヶ月程度は必要です。高値のまま長期に放置すると、関節破壊や心疾患・腎障害をきたす可能性があります。

#### 【7】 アキレス腱周囲炎・付着部炎

運動による負荷や不適切な靴の使用などが原因となります。アキレス腱や腱付着部に炎症を生じ、レントゲン写真で踵骨に骨棘や膨隆をみとめる事があります。(図⑤) 踵が高めの靴や装具が有効ですが、痛みが強い場合は、消炎鎮痛剤の内服や注射を行うこともあります。



(図⑤)

#### 【8】 鶏眼 (けいがん)

「うおのめ」です。足の変形により、足底の一部だけに集中して圧力がかかる事により、皮膚が硬くなり、痛みが出ます。鶏眼を軟化させる貼り薬を使用しますが、難治性の場合は、装具治療や変形に対する根治手術が必要な場合もあります。

その他にも、多くの足部疾患があります。足部の痛みがあると、体重が十分にかけられなかったり、踏み返して歩く事ができなかつたりするため、下肢筋力や歩行能力の低下を生じてくるケースも稀ではありません。また、足部に症状をみとめても、膝関節や腰椎の疾患が原因であったり、全身疾患の一症状である可能性もあります。気になる事がありましたら、まずは、診察・検査を受けてみて下さい。

### インフルエンザ予防接種のご案内

【接種期間】 平成30年10月～

【費用】 中学3年生～64歳：4200円 65歳以上(三原市在住)：1500円

※その他肺炎球菌ワクチンなども行なっています。お問い合わせは内科外来まで



三菱三原病院

電話(代表)：(0848)-62-7331 FAX：(0848)-62-7764

居宅介護支援事業所

電話(代表)：(0848)-62-7470 FAX：(0848)-62-7431

各種介護保険事業

訪問介護事業所：(0848)62-7720 ショートステイみつびし：(0848)61-4101

デイサービスみつびし：(0848)62-7742