



当院における来院理由となる症状の第10位となった『足関節痛・足関節炎』についてお話したいと思います。

『足関節痛・足関節炎』とは、足首の関節が炎症を起こし痛む病気です。足は体全体を支える土台なので、負荷のかかりすぎ、使いすぎなどにより、無理な力が加わると組織に炎症が起きやすくなります。肥満や過労が主な原因と言われ、ひどいと足を地に着く事が出来なくなります。

その他、足の痛みでよく見られる症状に下記のようなものがあります。

- ① アキレス腱炎、アキレス腱周囲炎(慢性的な刺激や不適切な靴等により、踵骨の後ろにあるアキレス腱やその周囲に炎症が生じる病気、痛みや腫れがみられ歩行障害を起こすことがある)
- ② 足底筋膜炎(踵から足指の付け根にのびる足裏の腱が炎症を起こす病気、原因の多くはスポーツや体重の慢性的過重で、痛みは起床時に多く歩き始めに踵の痛みがみられる)
- ③ 変形性関節炎(足の関節を構成する軟骨の老化や磨耗によって起こる病気、原因の多くはけがや感染・炎症の後に生じる)、
- ④ 外反母趾(履物による影響で足の親指の付け根が変形、扁平足等で足に強い負担がかかるのが原因)

⑤ 足根管症候群(踵と足の裏に通っている神経の圧迫や損傷により足首やつま先に痛みや痺れが起こる病気)

⑥ 踵骨骨端症(成長期に外力に対し弱い骨端線といわれる軟骨層が強く引っ張られ、ジャンプやランニング等の繰り返しにより痛みが生じる)

足の関節の痛みには、痛風や関節リウマチ等も疑われ血液検査が必要です。早期に受診下さい。



《足関節痛・足関節炎の治療法》

治療は炎症を抑えて痛みを取るのが基本です。そのため、安静、湿布、患部の固定を行います。痛みが強い時や慢性化している時は、神経ブロック療法を併用。

- ① 薬物療法
炎症や痛みを抑える消炎鎮痛剤や抗炎症薬、ビタミンB製剤、湿布や塗り薬などを処方します。
- ② 神経ブロック療法
痛みがある神経や神経節に局所麻酔薬を注射することにより痛みの伝達を抑え、痛みを和らげる。関節内注射を行うこともある。

③ 理学療法 温熱療法にキセノン、圧痛点・経穴にレーザー照射、SSP(針治療と同様効果)、高周波、足の血流を良くするハドマーなど。

④ 徒手療法
足関節矯正の AKA 療法、生体の流れを正常にする遠絡療法など東洋医学も効果的です。足底などの注射が出来ない部位でも、このような治療により痛みを取ることが出来ます。

⑤ 装具療法
足底板、患部固定にサポーター等使用(適切な靴を選ぶ)。

ご希望・お問い合わせの方は、医師・スタッフまでお申し付け下さい。

～かわたペインクリニック～

痛みの診療所 ペインクリニック

なぜ痛いかわからない、原因はわかっているが痛みで困っている。そんな方は、痛みを治療する専門の診療所ペインクリニックへご相談ください。

かわたペインクリニック

ペインクリニック(痛みの治療)・内科・リハビリテーション科
〒631-0036 奈良市学園北1-9-1 パラディ5F
TEL.0742-53-1155 FAX.0742-53-1001
<http://www.kawata-cl.jp>

