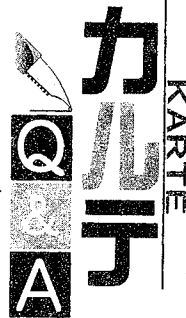


両足指裏に水ぶくれができています。触ると水ぶくれではないのですが、指の付け根の周囲が痛く、歩きにくいです。病院で靴の中敷きを入れたらいいと言われ、試しましたが治りません。血管炎とは無関係でしょうか。(81歳、女性)

中足骨骨頭痛



岸本健太医師

さまざまな全身症状を伴う場合は、膠原病などが原因で起る血管炎の可能性も考える必要があります。そうではなく、お

骨頭痛は、普段の診療でもしばしば見かけることがあります。健康な足は平たんではなく、縦アーチと横アーチと呼ばれる盛り上がりがあります。外反母趾が進行すると足全体が内側に倒れ、これらのアーチが崩れます。すると平たん化して扁平足や開張足と呼ばれる状態にな

ちや神経障害のモートン病、若年者であればフライバーグ病と呼ばれる中足骨頭の骨壊死といった特異的な疾患がないかも確認しなければなりません。治療はまず、装具や運動による保存療法を試みます。装具療法では、縦アーチと横アーチを支える機能を付けたインソール

装具や運動で緩和試みて

困りの症状だけであれば中足骨頭痛が考えられます。中足骨頭痛は足の指の付け根である「中足骨頭」下に起こる痛みの中で、原因はさまざまです。体重がかかると足の人さし指から薬指の付け根が痛みます。外反母趾を伴う中足骨

り、足への負担が大きくなります。中足骨頭痛はこうした状態によって発症します。元々体重が集中する部位ではない人さし指付け根の下あたりに体重が集中してかかると、痛みを伴ったことができることもあります。診断の際には関節リウマ

を用います。足の形は人によって、また左右でも異なりますので、医療機関で足の採型を行った上で、目的にあったインソールを作ることをお勧めします。運動療法ではアキレス腱や下腿三頭筋のストレッチをした

指を使って手繰り寄せ、足底の筋力を強化したりすることが重要です。これらの療法でも痛みが和らがない場合は、矯正骨切り術などの手術も選択肢となります。(兵庫県整形外科医会、岸本健太(神戸市北区、きしもと整形外科・リハビリテーション科クリニック院長))

◇第1、3、4日曜に掲載します。