

持久系スポーツによる足部・足関節の障害

熊井 司

奈良県立医科大学 整形外科

スポーツによる足部・足関節の障害の中でも、特に持久系スポーツによる障害としてはオーバーユースに関連した病態が多く知られています。アキレス腱炎、踵骨後部滑液包炎、アキレス腱付着部症、足底腱膜炎、有痛性外脛骨、疲労骨折、母趾種子骨障害、回内足などといった疾患があげられ、こういった疾患の病態を考える際に大きな鍵となるのは「足」が持つ固有の特徴をしっかりと捉えることであると考えています。

直立二足歩行を獲得したヒトにとって、地上を移動する際の「足」には不安定な上体を支えつつ、全体重を受けて運動するという大きな負担がかかるようになり、人類特有の足アーチ構造の形成とともに踵骨、距骨を中心とする後足部への負担はより増大するようになりました。さらに、こういった構造上の特徴をもつ「足」には、人体最大の腱であるアキレス腱を始めとする多くの筋・腱が付着しています。これら外来筋の収縮による強大なエネルギーが、歩行、ランニング、ジャンプ、着地動作などさまざまな運動パフォーマンスに際し、最終作用点としての足部に過大なストレスをもたらすことは言うまでもありません。

本講演では、主として持久系スポーツによるオーバーユースに関連した足部・足関節障害の中から、日常診療でもよくみかけるアキレス腱付着部での障害と足底腱膜炎について、腱の走行と骨付着部構造に注目した観点から病態を捉え、その治療法について考えてみることにします。