

治療費0円  
神田一ツ橋  
クリニック

担当医



慶應義塾大学病院  
整形外科  
井口 健先生

内 外 神 眼 耳 泌 皮 心 歯 婦

# 「モルトン病」

## 自覚症状 チェックリスト

- 足の中指の外側と薬指の内側が痛む
- 痛むだけでなく、びりびりと熱い感じがする
- 体重をかけて踏み返したときに激痛が走る
- 普段から幅の狭い靴を履いている
- 足の中指と薬指の付け根の間を押すと痛い

ひとつでも○があればモルトン病の可能性あり。自分に合う靴選びをすることが重要。

## 足に合わない靴が原因で、歩けないほど足裏が痛くなる



歩いたときに、中指の外側と薬指の内側の付け根から先端までの約2cmほどの間に走るような痛み、加えてやけどのようなびりびりとした灼熱感があれば、モルトン病の可能性があります。

モルトン病は、正確にはモルトン神経腫といえます。「神経腫」といっても、神経に腫瘍ができるわけではありません。足の裏の神経が体重で圧迫されタコのように硬く、大きくなってしまふ病気で、

足の裏の神経は、体重で踏みつぶされないように、足の甲にある中足骨という骨と骨の間を走っています。横幅が狭く、足幅に合わない靴を履くと足は左右から圧迫されますが、当然骨も圧迫され、とくに中足骨の骨頭という骨の太い部分が神経を押しつぶし、これがきっかけで炎症が起きます。炎症により神経は腫れ上がりますが、そのためより圧迫されやすくなり、これが何度も繰り返さ

れると神経は太く硬く、タコのようなになってしまうのです。この悪循環に一度陥ると、簡単には治りません。ひどい場合は、普通の神経の10倍の太さにもなってしまうからです。

発症する場所は、ほとんどが中指と薬指の間の付け根の少し下。その理由ですが、ほとんどの神経がYの字のように先分かれているのですが、この部分の神経だけは一度枝分かれしたものが合流し、また分岐するため、神経の逃げ道がないのです。発症すると、とくに体重をかけて踏み返したときに患部がひどく痛みます。また、裸足で硬い床の上を歩いても痛い人が多いですね。

## 治療は長期間にわたり、手術以外に根治は難しい

病院では触診を行います。モルトン病の人は、患部を押されると響くような痛みがあり、まれにこりこりしたものに触れることもあります。

治療は、神経を踏まれる機会を減らすために日常生活以外で歩くことを控えることが基本。併せて靴にも注意します。横幅が狭い靴はもちろんですが、女性用に多い底が薄くて曲がりやすい靴も余計に患部に体重がかかるため、避けなければなりません。横幅にゆとりがあつて底が厚くて曲がりにくい靴が理想的ですね。

痛みがひどければ塗り薬などの鎮痛消炎剤を処方します。また、靴の裏に特殊な装具をつけて、患部が地面に直接触れる機会を減らし、数か月様子を見ます。それでも痛みがひ

どい場合は炎症を止めるためにステロイド剤を注射します。この薬には副作用があり、ばい菌などがはいりやすくなるため何度か試してみても効果がなければ中断します。

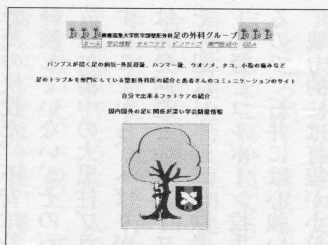
日常生活が送れないほどであれば、最後の手段として手術し、その部分の神経を取り除きます。これにもしびれなどの知覚障害が残る副作用が伴います。ちなみに、手術を行なう患者さんの割合は数%です。

モルトン病を防ぐためには、正しい靴選びが基本。手術以外では、いったん治まっても再発する確率は高いのです。面倒でも通勤と仕事時と靴を履き替えるなどの心掛けが必要ですね。

## 「モルトン病」Webサイト



↑健康グッズのメーカー、赤石のサイト。「フットケア相談室」には足に関する情報が満載。メールでの相談にも専門家が対応している。  
[www.akaishinet.com/](http://www.akaishinet.com/)



↑井口先生が主宰するサイト。足のトラブルを専門にしている、近くの整形外科医をメールで紹介してもらえ。Q&Aなども充実。  
[www.sc.itc.keio.ac.jp/inokuchi/](http://www.sc.itc.keio.ac.jp/inokuchi/)