誤解多いへん平足

べた足と混同しやすい
痛い、疲れるなら整形外科へ

とかく誤解されがちなのがへん平足。土踏まずがないべた足がへん平足と思っている人は多いが、両者は厳密には区別する必要がある。

▽先天性は少ない

慶応義塾大学医学部（東京都）整形外科の井口傑講師は次のように話す。

「医学的には、かかとつま先をつないでいる縦アーチがつぶれ、足の甲の舟状骨と足底との距離が異常に近くなっているのがへん平足です。べた足の症状が表れますが、べた足がすべてへん平足とは限りません」

こうした後天的なへん平足に対して、先天性のものは、「垂直距骨」と呼ばれる病気がほとんどだが、赤ちゃん一万人に二、三人に見られる程度だ。

べた足は足底の筋肉が発達したスポーツ選手に多い。また、運動不足で足の裏に脂肪が付いている、縦アーチが柔らかい、足の幅が狭い、といった人もべた足になりやすい。

「べた足で、足が痛む、疲れやすいなどの症状がある場合は、病気との鑑別診断を受けるため、整形外科を受診するといいでしょう」

鑑別は、レントゲン検査で行う。べた足と診断が付けば、運動が不足している、靴が合わないなどが原因とみられるので、原因を突き止めて、日常のケアをすれば、症状は改善される。へん平足と診断されれば、足底板や靴型装具を付ける治療を行い、土踏まずを形作っていく。

ただし、「中高年になって、かつてあった土踏まずがなくなった場合は、別の病気のこともあるので、早めに整形外科へ」と、井口講師はアドバイスしている。（メディカルトリビューン＝時事）

◇　◇

慶応義塾大学医学部整形外科足の外科グループのホームページアドレスは、http://web.sic.itc.keio.ac.jp/~inokuchi。

足底が痛かったら受診を

三叉神経痛の「ブロック療法」

痛みに関する神経を破壊

薬が効かなければ選択を

三叉（さんさ）神経痛の患者は、全国に十万人以上いるという。なぜかこの時期に発作を起こしやすいが、薬物療法で効果がないとか、副作用に悩んでいるとかいった場合は、神経ブロック療法に切り替えた方がよさそうだ。

▽顔面の片側に激痛

三叉神経は、顔の左右に分布する知覚神経。上部から第一枝、第二枝、第三枝に大別されるが、三叉神経痛はいずれかの神経の障害によって起こる病気。その特徴について、昭和大学医学部（東京都）麻酔科の岡本健一郎講師は次のように話す。

「この病気は主に五十歳以降に発症し、通常は顔面の片側に走るような激痛があり、長くても二分以内には治まります。しかし、食事や会話、さらに、風などの刺激によっても発症するので、日常生活に支障を来します」

治療は、まず、抗けいれん剤による薬物療法が行われるが、中には、目まいやふらつき、胃腸障害などの副作用を伴うケースがある。特に、お年寄りでは、目まいやふらつきによる転倒で骨折し、寝たきりといった状態になりかねない。

「薬物療法で症状が改善されない、あるいは、副作用に悩んでいる人には、神経ブロック療法が効果的です」

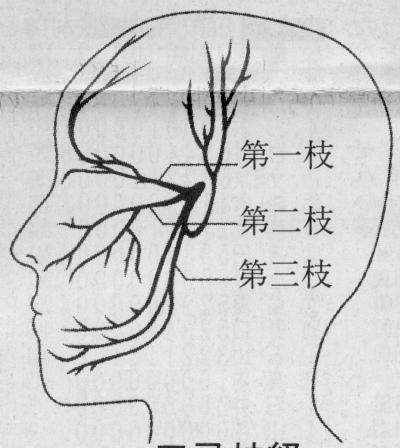
▽外来でOK

神経ブロック療法とは、神経の電気信号を遮断する治療法。基本的には、最初に局所を麻酔して神経に針を刺し、針を通して神経に局所麻酔薬を〇・五cc以下注入する。十五分ほど経過を見て、問題がない場合には、アルコールをやはり〇・五cc以下注入し、痛みに関係する神経を破壊する。

「通常は治療直後から症状は改善され、効果は一年半から数年続きます」

この治療法には、①お年寄りに対しても、的確に処置することで安全に行える②針を刺すだけなので、外来でできる③手術に比べて、心身両面の負担が軽い上、費用や治療時間も少なく短い―といった長所がある。

同講師は「出血しやすい、針を刺す部位に炎症がある、といったケースには用いられません。希望者は、掛かっている医師に相談して、この治療を行っている大学病院などを紹介してもらうとよいでしょう」とアドバイスしている。（メディカルトリビューン＝時事）



三叉神経