

# 神戸海星病院ニュース



2013年2月号

VOL.100



## 外反母趾について

整形外科 医長 杜多 昭彦

### [外反母趾とは]

外反母趾とは、一言でいえば、「足の親指が外側(小指側)に曲がる」病気です。下の写真のように母趾が外側を向いてねじれる状態となります。この親指の曲がり方がひどくなると、足が痛くて歩行障害がおき、足は変形して、普通の靴が履きにくくなります。

また、正常な足には、土踏まずにしっかりとキレイなアーチ形状が見られます。

ところが、この土踏まずにアーチ形状が見られなくなってしまうと、土踏まずが伸びて平らな状態になり、足の指の関節が横に広がってしまいます。そうすると、母指は自然と外反転してしまい、結果外反母趾になってしまいます。

また下図のように筋肉のバランス異常が起こるので変形が進行していきます。



(足の臨床 MEDICAL VIEW社、改訂3版より引用)

### [外反母趾の原因]

#### (1) 外的要因

外的要因として最も大きなものに、皆さんもよくご存知の通り靴の不適合があげられます。足に合わない靴、特にハイヒールなどは外反母趾発生の最大の原因と考えられています。

ハイヒールを履くと、足底にかかる体重は前足部に集中するのでこれが変形に関係しているといわれています。

～次のページに続きます～

## (2) 内的要因

中には全くハイヒールもきつい靴も履かないし、外的要因も全く思い当たらないにもかかわらず外反母趾になっている人もいます。このような人には何らかの内的要因があると考えられます。

### i) 発生頻度

男女別で調べてみるとその比は1:10と圧倒的に女性に多いことが知られています。これは女性の方が男性より関節が柔らかいことや、筋力が弱いことなどに起因している可能性があります。

### ii) 足の形態的特徴

先天的に扁平足である場合や、母趾が第2趾よりも長いタイプ（エジプト型と言います）、母趾の付け根の関節（中足骨頭）が丸い形をした人などが外反母趾に成りやすい足の形態と考えられています。

### iii) 遺伝的素因

外反母趾になりやすい足の特徴は親子で遺伝するのでそういう意味では外反母趾は遺伝しやすいと言ってもよいのかも知れません。したがって親が外反母趾の人は注意する必要があります。



(足の臨床 MEDICAL VIEW社、改訂3版より引用)

## 装具療法

母趾を内転させ足底のアーチを保つようなものがさまざま出ていますが、患者さんの変形によって装具士に依頼し作成してもらうことがあります。

## 手術加療

変形の程度、また他の足趾の変形に応じて手術加療を行うことがあります。多くは中足骨という足の甲の骨を骨切り変形を矯正します。

### [当院での現状]

保存的加療で改善を得られない患者さんに対して当院では外反母趾の手術を昨年度は関節固定を含め約30例施行しています。個々の状態に応じて理学療法士、装具士と連携し治療を行っています。外反母趾でお困りの方はぜひ一度整形外科にご相談ください。

