

放射線科だより



令和5年10月13日
診療放射線科 徳田 一泰

かかとの痛み→《足底腱膜炎》かも???

・ 足底腱膜炎とは？

足底腱膜とは、かかとの骨から足の指の付け根を繋ぐ扇状の繊維です。アーチ状になった土踏まずを支える重要な役割を果たしています。

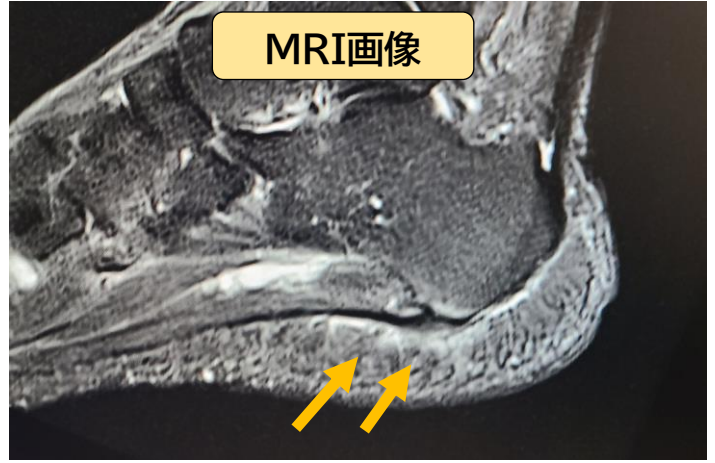
マラソンやハイキング、長時間の立ち仕事などで土踏まずに過度な負担がかかると、足底腱膜がかかとの付近に引き伸ばされる力が繰り返しかかることとなります。この時に、腱膜に炎症が起こる事を足底腱膜炎といいます。マラソンなどの長距離走で、特にアスファルト舗装をされた硬い道を走っているとこの病気になりやすいといわれています。最近のジョギングやマラソンブームで足底腱膜炎の患者数は増加傾向にあります。

レントゲン画像



・多くのケースで、レントゲン上、踵骨の足底腱膜附着部に骨棘が見られます。

MRI画像



・MRIでは、踵骨棘の周囲に浮腫性変化が見られることがあります。

足底腱膜炎の治療の基本は足の裏にかかるストレスを減らすことです。運動はしばらく休むか、運動量を減らし、硬いアスファルトを避け土や芝生の上を走るなどの工夫も必要になります。

また炎症をおさえるために、痛み止めの薬（抗炎症剤）を服用することもあります。多くの場合、数カ月以内で痛みが和らぎますが、痛みが強い時にはステロイドやヒアルロン酸の局所注射を行なう場合もあります。