

武内啓院長に聞く

――『足底腱膜炎とは、どういう病気ですか？』

「足底腱膜炎（そくていけんまくえん）」とは、足裏にある踵の骨から足の趾裏に向かう強靱な腱様の膜組織に生じた微細損傷に伴う炎症で、足底腱膜がくっついていて踵やその近くに痛みを感じ、歩行が困難になる疾患です。足の痛みを主訴として来院される方の約1割がこの病気であると言われています。アスリートに多い病気ですが、最近は健康ブームでジョギングやウォーキングをされる方も多くなつてきており、また加齢と共に腱組織が老化し、特に運動歴のない方にも症状が見られるようになっていきます。足のアーチが体重や衝撃を支える力が弱くなると、足底腱膜に負担がかかり易くなり、次いで足底腱膜が固くなり、足底腱膜の微細損傷・断裂が起こり、歩くと踵やその周辺が痛い。／足の裏を押すと痛い。／足の裏が、つつばっている感じがある。などの症状が発生します。

――先頃、手術以外の新たな治療の選択肢が出来たというのですが、それはどういうものですか？

一般的に、足底腱膜炎は、80%の方は、手術以外の保存的治療で症状は軽快すると言われ、いわゆる「痛み止め」（消炎鎮痛剤）の内服、靴の中敷きの装具療法を行います。またこれが一番大事なことです。が、ふくらはぎや太もも裏の筋肉をストレッチすることで、症状の改善が期待されます。その他、患部周辺にステロイド注射を行う治療もありますが、繰り返すことにより足底腱膜の皮下断裂や足底脂肪組織の萎縮を引き起こすことがあります。保存的治療で改善がみられなければ、手術的治療を検討しますが、患部にメスを入れることで体への侵襲があります。最近では、侵襲の少ない内視鏡での手術も確立されつつありますが、まだまだ一般的でないのが現実です。

私自身、日々の外来で足底腱膜炎の患者さんをたくさん診てきましたが、根治療法はないと考え、治療法の説明を釈然としないままに行っていたように思います。しかし、昨年の日本整形外科学会学術総会で「体外衝撃波疼痛治療法」を知り、「これは患者さんに福音となるかも」と感じました。そこでメーカ1の方に何度か話を伺い、また機械を導入されている医療機関に見学に向つて、直に治療風景を見させていただいた上で、今年3月に体外衝撃波疼痛治療器を導入しました。この治療器械は導入している医療機関がまだ少なく、当院で四国で1台目です（平成27年3月時点）。

――治療の特徴は？

1回の治療時間は、30分で、麻酔も不要です。治療後はすぐ歩けるので、入院の必要はなく外来治療です。照射直後は患部が暖かくなる感じがあり、直後から疼痛を感じなくなる方もおられますが、多くは数日してから症状の改善を自覚されるようです。1回で効果が得られない場合には、一定期間をあけて複数回治療を行う事も出来ます。手術療法は、侵襲があり患部に傷跡が残る、また術後スポーツ復帰までに時間がかかることから、欧米ではスポーツ選手を中心に低侵襲で安全かつ有効な治療として認められ普及してきました。平均的な治療効果は60〜80%と高く、副作用の発生が少ない治療法といわれていますが、非常にまれに治療中や治療後に疼痛の増悪など、副作用が起こる場合があります。ご説明し、理解していただいてから治療法（薬物療法や局所注射などを含めて）を選択していただきます。平成24年1月から、6ヶ月以上の保存的治療で改善がみられない難治性の足底腱膜炎に対して、体外衝撃波疼痛治療法が保険適用になりました。

――手術をお考えの方は、まず試されてみるのもいいですね。この治療が効果的な病気は他にありますか？

肩石灰沈着性腱板炎、上腕骨外上顆炎、上腕骨内上顆炎（テニス肘・ゴルフ肘）、膝蓋腱炎（ジャンパー膝）、アキレス腱炎、アキレス腱付着部炎等に対しても、適応疾患と認められています。

これらの疾患も保存的治療に抵抗する場合には、手術的加療しか選択肢がないのが現状ですが、保険適応外ですので保険適応の拡大を期待します。

【広告】

医療法人社団 栗整形外科病院 一愛媛県四国中央市一 『足底腱膜炎』に手術を行わない体外衝撃波で痛みを取る!!