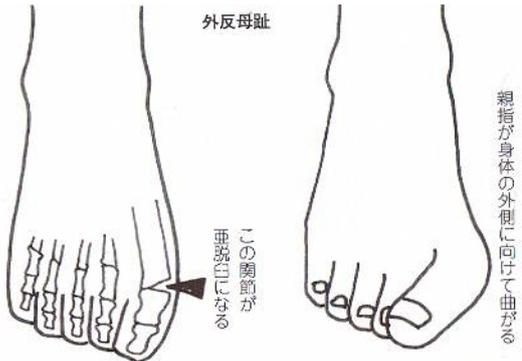


# 中川接骨院だより

2022年 6月1日発行 第208号

## 外反母趾（縦横アーチ扁平足が原因。歩行障害を引き起こす可能性も）

外反母趾という言葉は、ほとんどの方がご存知でしょう。大人の女性の足は、程度の差はありますが、ほとんどが外反母趾になっています。それが最近では、先細のハイヒールなど履いたことのない、子供の足にも見られるようになってきました。



外反母趾は、親指が靴の先の形に合うように傾いています。その原因は、縦アーチと横アーチがつぶれることです。縦アーチの形成が不十分であったり、つぶれていたりすると、歩くときにバネの働きが弱いので、体重が内側にのりやすくなります。そのため、親指の内側で蹴るようになります。こうなると横アーチが作られにくくなり、足の幅が広がります。

この足で靴を履くと親指が身体を中心から外側に傾き、指の付け根が大きくコブのように変形をして脱臼しかかった状態（亜脱臼）を起こします。変形し亜脱臼を起こしたところが、靴を履くととても痛みを感じます。

子供の頃は、指の付け根がコブのように変形をしたり、痛みを訴えることはありません。痛みがないと子供は何も言いません。当然、親も気がつきません。しかし、将来の予備軍であることは間違いありません。

縦横のアーチが形成されにくい原因は、幼児期のフットケアがされていないことがまず上げられます。

外で遊ぶ機会を増やし直接足の裏で地面の凸凹を感じさせたり、硬さ軟らかさを感じさせるようにするため、なるべく素足にさせることが必要です。遊びの中で毎日繰り返される刺激が、筋肉や靭帯を強くさせてアーチを形成します。さらに形成されつつある過程を妨げないようにするために、靴選びに気をつけてほしいものです。

外反母趾の男女の発生率は、1対10で圧倒的に女性が多いといわれています。これは、ホルモンのバランスが崩れる時期が女性にはあるからです。また、外反母趾は、爪が指の縁に食い込んで痛みを起こす**陥入爪**や**巻き爪**の原因にもなります。⇨**当院で治療できます**

歩行時の痛みは、著しく生活の質を低下させます。したがって、普段より、栄養のバランスや生活のリズムに気をつけ、子供の頃から予防していくことが大切です。

## 四分割ジグソー

四文字熟語を構成する4つの漢字がそれぞれ分割された形で提示されています。頭の中で漢字を提示し、それぞれの漢字を並び替えてできる四文字熟語は何でしょう？

ヒント “身を守るために、やむを得ず行った行為”

答え

## 当院での症例 左基節骨剥離骨折

高岡市在中 16歳 男性

### 【問診】

学校でバレーボールの部活中にレシーブに失敗した際に負傷

### 【検査・テスト】

左第5基節骨の圧痛と腫脹、運動制限、疼痛有り、発生機転より骨折の疑い有りクリニックでレントゲン検査を依頼 医師より骨折と診断され医師の同意を得て施術する。

### 【施術】

基節骨を側方向より剥離を圧着し整復完了、リサモと金属副子で包帯固定を施す。



### 【接骨院での治療の利点は】

- 1, 治療費が病院に比べ格段に安い
- 2, 毎日の包帯の巻き替えで患部の触診と確認が可能。
- 3, 関節の拘縮が防げる。

※ 早期の治療は関節を元の状態に戻し、後遺症を残さないためにも重要です。

急性の外傷、疲労等による腰痛、肩こり、O脚、骨盤矯正にはカイロ治療が効果的です。

カイロ治療は、真の原因をさぐり全身的な治療を施します。

初診料(検査)	2,200円
治療料	4,400円
回数券 [5回券]	21,000円
回数券 [10回券]	36,000円

回数券は家族の方もご使用できます。 但し初診料(検査)2,200円は別途必要です

### 編集後記

ゴールデンウィークの最終日につまと二人で福井県にある越前大仏を拝みに行ってきました。越前大仏(清大寺)は、奈良の大仏を上回る座高17m。その左右に4体の脇侍仏、壁面には1,281体の諸仏が安置されています。この他にも高さ75mを誇る五重塔、絢爛たる九龍壁、日本庭園などがあり、そのスケールの大きさに驚きました。朝9時に家を出発し11時30分に到着、観光客もまばらでした。もしかしたら近くの永平寺に多くの人が行って行ったのかも?おかげでゆっくりと参拝することが出来ました。でも、これだけの建造物を維持するのも大変だろな.....(>\_<)



### 診療時間の案内

平日 午前8時30分～午後12時00分 午後3時30分頃～午後7時  
土曜日 午前8時30分～午後12時00分 日曜・祝日は休診 受付は終了30分前  
自由診療 随時受付 TEL26-5755

四分割ジグソーの答えは 正当防衛でした

