腸脛靭帯炎　　平成５年６月２４日

症例報告

滝上晴祥

症　例　Ｏ．Ｅ　　４４才　男　工業用ロープ販売自営

初　診　平成４年６月６日

主　訴　左膝外側の痛み

現病歴　１年前、「歩こう会」で１０㎞歩行時に左膝外側に痛みを認めるようになった。歩行に支障はなかったが痛みは２～３日残存し、何の手当もしないまま放置していると自然に症状は緩解した。その後、毎月２回の１０㎞歩行の度にこの症状の再燃をくり返していた。

今回、４日前に例月の１０㎞歩行時に左膝外側にいつもより強い痛みとなり歩行にも支障を認めるようになった。近所の整形外科医を受診したところＸ線では異常なく、使い過ぎといわれた。冷湿布薬をもらい貼付していたが症状に変化がないので来院した。

現在、歩行時に左膝外側に痛みがでるため膝関節を伸展しながら歩いている。左大腿外側にはった感じがある。１㎞ほど歩くと痛みのため歩けなくなり、少し休めばまた歩くことができる。階段昇降時にも痛みがある。正座にともなう痛みはないがあぐらをかくと痛みがでて徐々に増悪して長くできない。自発痛、夜間痛および動作開始痛、立上りに痛みはない。膝折れ、嵌頓症状はなく、他関節痛、朝の手指のこわばり感もない。膝がグラグラするような不安感はない。アルコールは毎日日本酒３合ぐらい。スポーツはとくにしていない。その他一般状態は良好である。

既往歴　特記すべきものなし。

家族歴　特記すべきものなし。

診察所見　身長１７２㎝、体重７０㎏。発赤、腫脹は陰性。熱感は陽性で左大腿骨外側上顆部に直径約２．５㎝に認められた。内反変形、外反変形は陰性。大腿周径は左４２．６㎝、右４４㎝で左側大腿四頭筋の萎縮が認められる。膝蓋跳動、膝蓋骨圧迫テスト、内反・外反テスト、ステインマンテスト、マックマレーテスト、アプレーテスト、屈曲痛すべて陰性。大腿四頭筋力に左右差は認められない。腸脛靭帯炎疼痛誘発テスト(graspingテスト)（注１）陽性。

圧痛は左外上顆に検出（図１）。右と比較して左大腿外側のほぼ腸脛靭帯にそって緊張が認められた（図２）。（表１）

要　約　本症例は痛みの部位が左大腿骨外側上顆部に限局し、腸脛靭帯にそって緊張があり、膝関節を伸展して歩く歩行状態、腸脛靭帯炎疼痛誘発テスト陽性、痛みの状態は動作開始よりも歩行の疲労にしたがい徐々に増悪するなど問診での発症の経過からも原因は過度の歩行による使い過ぎ症候群(overuse syndrome)と考えられ腸脛靭帯炎が推測される。1)2)3)4)5)6)鍼灸は適応とみて治療を行った。

対　応　太ももの外側には腰骨から膝の下までつながっている大きいスジ靭帯があります。この靭帯が強く緊張したまま歩き過ぎたり、走り過ぎたりしますと太ももの骨の膝の関節のすぐ上の部分が強くこすられ炎症をおこして痛みがでてきます。鍼の治療はこの部分の血液循環を促進し消炎効果を高め、また緊張したスジをゆるめて摩擦の負担を軽くします。しばらくのあいだ走ったり、長く歩いたりすることはやめて下肢に負担をかけないほうがよいでしょう。自分でも緊張したスジを緩める体操を心がけてください。

治療・経過　治療は疼痛の軽減を対象に、腸脛靭帯大腿骨外側上顆部周辺の消炎や血液循環の促進を目的に行った。

第１回　治療体位は伏臥位とその後仰臥位で両側の膝窩には膝枕を挿入し膝関節軽度屈曲位で治療を行った。

伏臥位では取穴は左右の志室（内下方に向け斜刺で単刺深さは約３０㎜）仰臥位では取穴は左側腸脛靭帯上に風市、Ａ点、Ｂ点（それぞれ前方から後方に向け斜刺で単刺深さは約３０㎜）。使用鍼はステンレス製１寸６分（５０㎜－１８号）を用いた。圧痛のある腸脛靭帯大腿骨外側上顆部周辺には接触鍼をしてその中心に糸状灸３壮を施灸した。使用鍼は銀製長柄鍼１寸３分２号（４０㎜－１８号）を用いた。その後左大腿部と外側上顆部に黒田製カーボン灯（＃４００８－＃３００１）を７分照射した。（図３）

第２回（５日目）　疼痛の程度前回より軽くなる、あぐらもかける、歩行も普通の状態になったがしばらく歩くとまだ痛みがでる。外側上顆部の熱感陰性。腸脛靭帯炎疼痛誘発テスト陽性だが疼痛の程度は前回より軽度。

治療は伏臥位での治療は省き、仰臥位で前回と同じ取穴で、腸脛靭帯上

３点には置鍼１５分、外側上顆部に接触鍼、外上顆に前方から後方に向け斜刺単刺、その中心に糸状灸３壮施灸、カーボン灯を前回と同様照射した。

第３回（４７日目）　痛みはほとんど忘れていたが一昨日、３㎞歩行の後疼痛のため動けなくなる。疼痛の部位は同じ。あぐらはかける。歩行状態正常。腸脛靭帯炎疼痛誘発テスト陽性。外側上顆部の熱感陽性。
治療は前回と同じ。

患者はそれ以後来院していない。

この報告のため平成５年５月にその後の経過を聞いたところ、普段は痛みはないが、月１回の１０㎞歩行のとき、体が疲労したとき、季節の変わり目に痛みがでる。しかし自然に放置していると症状は緩解しているということであった。

考　察　本症例は疼痛域が左膝外側にあり大腿骨外側上顆部に限局した著明な圧痛と熱感が認められ、右に比較して腸脛靭帯の強い緊張がある。膝関節を伸展しての歩行状態、腸脛靭帯炎疼痛誘発テスト陽性、発症の経過からみて腸脛靭帯炎と推定される。

膝の外側に痛みを訴える類症疾患として、外側半月板損傷、外側側副靭帯損傷、膝窩筋腱炎などとの鑑別が必要と思われる。7)8)9)

外側半月板損傷は外側関節裂隙部の圧痛や疼痛、腫脹、内反・外反テスト、ステインマン・テスト、マックマレー・テスト、アプレー・テスト、膝折れ、嵌頓症状、などの臨床症状がすべて陰性である。10)
外側側副靭帯損傷は膝の不安定感はなく、靭帯部に圧痛は認められない。ベーラー徴候（注２）陰性である。11)12)
膝窩筋腱炎は外側側副靭帯前方近位の圧痛は認められない。13)
以上の点から外側半月板損傷、外側側副靭帯損傷、膝窩筋腱炎は一応除外可能と思われる。
治療は初期であればランニングなどを中止すれば２週間位で自然治癒し、難治の場合は観血手術の適応となる14)15)16)が、積極的に鍼灸治療を試みた。第１回目の治療の後、患者は歩行状態がかなり改善したことを告げて帰った。第２回（５日目）には歩行状態は正常に、あぐらの姿勢で疼痛の誘発がなくなつたことから治療は概ね妥当であったように思われる。しかし第３回（４７日目）いったん症状は緩解したようにみえた

が３㎞歩行で再燃をしたことから、Ｏ脚傾向があり腸脛靭帯の緊張と大腿骨外側上顆の突出度の関与、年齢も考慮にいれトレーニング、ストレッチングの方法17)についてきめこまかいケアが必要と思われる。

（注１）腸脛靭帯炎疼痛誘発テスト(graspingテスト)　仰臥位膝屈曲位で大腿部をつかみ外側上顆より近位３㎝くらいの腸脛靭帯を両母指で圧迫するようにして伸展させると疼痛を訴える。15)16)
（注２）ベーラー徴候　膝伸展位で内反、外反を強制すると、内側側副靭帯損傷では外反時に疼痛がおこり、外側側副靭帯損傷では内反時に疼痛がおこる。17)

経穴の位置

志　室　肩甲点を通る背の３行上で第２、第３腰椎棘突起間の高さ
外上顆　大腿骨外側上顆部
風　市　恥骨点の高さと膝隙点の高さとの中央の高さで、大腿最外側
Ａ　点　風市と恥骨点の高さの１／２で大腿最外側
Ｂ　点　風市と膝隙点の高さの１／２で大腿最外側

表１　初診時の診察所見

膝関節痛　　4年 6月 6日

1	身　長	172 cm	12	左	内反試験	内 － 外 －	18 圧痛
2	体　重	70 kg			外反試験	内 － 外 －	左大腿骨外側上顆部
3	発　赤	左 － 右 －		右	内反試験	内 － 外 －	[5, 左大腿骨外側上顆部]
4	腫　脹	左 － 右 －			外反試験	内 － 外 －	[9, 左42.6, 右44.0]
5	熱　感	左 ＋ 右 －	13	左	ＳＴ内旋	内 － 外 －	[14, (－)]
6	内反変形	左 － 右			ＳＴ外旋	内 － 外 －	[16, (－)]
7	外反変形	左 － 右		右	ＳＴ内旋	内 － 外 －	
8	筋萎縮	左 ＋ 右 －			ＳＴ外旋	内 － 外 －	
10	膝蓋跳動	左 － 右 －	15	屈曲痛		左 － 右 －	
11	膝蓋圧迫	左 － 右 －	17	四頭筋力		左 ＝ 右	
9	大腿周径	14 マックマレー	16 アプレー				

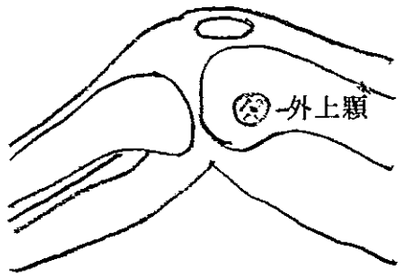

図１　疼痛部位と圧痛部位

図２　靭帯の緊張部位

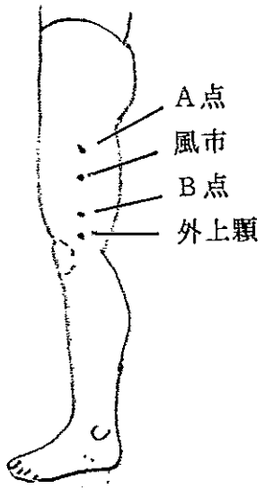

図３　治療点①

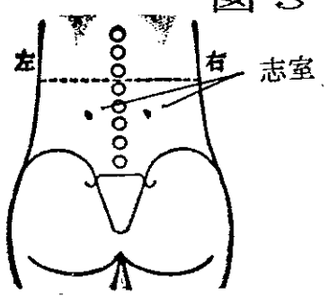

図３　治療点②

参　考　文　献

1）出端昭男：「診察法と治療法　３膝関節痛」，P69~70,医道の日本社，1987

2）松本勅：「現代鍼灸臨床の実際」，P264,医歯薬出版，1991

3）守屋秀繁：スポーツ膝障害「図説整形外科診断治療講座　膝関節障害」P135~136，メジカルビュー社，1989

4）中嶋寛之編：膝障害「スポーツ整形外科学」，P241~243,南江堂,1990

5）市川宣恭編：膝「スポーツ外傷・障害」，P161,南江堂，1993

6）腰野富久：「膝診療マニュアル」，P142,医歯薬出版,1991

7）松本勅：「現代鍼灸臨床の実際」，P267,医歯薬出版，1991

8）中嶋寛之編：膝障害「スポーツ整形外科学」，P240,南江堂,1990

9）市川宣恭編：膝「スポーツ外傷・障害」，P160~161,南江堂，1993

10）出端昭男：「診察法と治療法　３膝関節痛」，P60~62,医道の日本社，1987

11）松本勅：「現代鍼灸臨床の実際」，P263,医歯薬出版，1991

12）中嶋寛之編：膝外傷・靭帯障害「スポーツ整形外科学」，P207,南江堂,1990

13）中嶋寛之編：膝障害「スポーツ整形外科学」，P243,南江堂,1990

14）中嶋寛之編：膝障害「スポーツ整形外科学」，P241~243,南江堂,1990

15）市川宣恭編：膝「スポーツ外傷・障害」，P161,南江堂，1993

16）腰野富久：「膝診療マニュアル」，P142,医歯薬出版,1991

17）中嶋寛之編：膝障害「スポーツ整形外科学」，P243,南江堂,1990

18)守屋秀繁：スポーツ膝障害「図説整形外科診断治療講座　膝関節障害」P135~136，メジカルビュー社，1989

19)中嶋寛之編：膝障害「スポーツ整形外科学」，P243,南江堂,1990

20)松本勅：「現代鍼灸臨床の実際」，P263,医歯薬出版，1991