

症例報告

平成19年7月26日

旅行中に発症した左足底腱膜炎

滝沢 照明

本症例は7カ月前の旅行で歩行中、左踵部に疼痛を感じた。帰京した翌日、個人の整形外科で診察を受けた。レントゲン検査で左踵骨に骨棘を、疼痛部位に圧痛が検出されたことから左足底筋膜炎と診断され「自然に治る」と言われた。現在まで痛みは我慢できる程度だが波がある。起床時、左の踵を床につくと痛みが誘発する。鍼灸治療を5回(31日間)行なったところ愁訴の緩解を得ることができた。

症例：73歳 男 会社役員

初診：平成19年5月21日

主訴：起床時、左のかかどが床に着くと痛い

現病歴：昨年11月に5泊6日の沖縄旅行をした。デザインの良いドライブシューズを履いて行った。旅行前に2～3回履いている。旅行中は砂利道や岩のごつごつした道など足場の悪い道を歩くことが多かった。5日目、歩行中、左足に体重がかかるたびに踵がズキンズキンと痛んだ(図1)。この痛みは初めての経験である。夜間痛や自発痛はなかった。翌日、ベットから降りるとき、左の踵に体重がかかりズキンと激しく痛んだ。その日は歩くたびに痛むので観光を中止した。思い当たることは底の薄いまだ慣れていない靴を履いて、足場の悪い所を長い時間歩いたせいだと思う。

翌日、個人の整形外科医院を受診。レントゲン検査を受けたところ「踵の骨にとげがある」と言われた。左の踵を押され強く痛んだ。「左足底筋膜炎」と診断され「自然に治る」と言われた。飲み薬は投薬されず湿布薬をくれた。その後3週間くらいで歩行時の痛みは楽になってきた。それ以来病院へ行かず、とくに治療はしていない。起床時、左の踵が床につくと痛みが誘発する。経過としては痛みには波はあるが我慢できない痛みではない。

現在、痛みの部位は同じである。しびれ感はなく自発痛、夜間痛もない。痛みは、夜トイレに起きたときと、起床時左の踵に体重がかかったときにズキンと痛むが3分位で楽になる。ゴルフなどで歩きすぎた日の翌日は少し痛みが強くなる気がする。海外旅行に行きたいが旅行中に痛みが出ないか不安である。

スポーツは1週間に4回ジムへ行き、1時間のうち20分ストレッチ、プールで軽く200メートルくらい泳ぐ。ランニングはしない。ゴルフは月1回くらいカートを使ってコースに出る。ふだんの歩行は4～5000歩程度。

タバコは嗜まず、アルコールは週3回くらい中瓶1本を飲む。

会社に出社はするが、とくにすることもなく、時間を自由に使っている。

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175 cm、体重68kg。歩行姿勢を観察するが跛行はない。左踵部の発赤、腫張および熱感はない。鶏目(魚の目)もない。左アキレス腱部の周囲および内踝周囲に圧痛を検出しない。左足底および踵部の触診では疼痛部位である左踵骨足底部前内側にのみ強い圧痛(腱膜とする)を検出した(図2)。左足底、踵部および足指の筆による触覚障害は左右差なく正常。

診断：本症例は旅行中の歩行により発症した。症状は起床時、左の踵が着地したときに痛む。現在は歩行による増悪はない。圧痛は疼痛部位である踵骨足底部前内側に強く検出した。以上のことから足底腱膜炎と診断した。本症例は発症以来7カ月経過し慢性化の傾向をたどっているが、自然治癒する¹⁾といわれている本症で、鍼灸治療は症状の軽減に有効であると推測した。

対応：左踵の痛みは足底腱膜炎と言います。踵のところで足の底を支える腱が集まりくっついている所が炎症を起こしているのです。始めのときのよう、歩いても痛い急性期は終わり、今は慢性期に移行しています。鍼灸治療で炎症を抑え血行をよくして傷口を修復していけば症状は軽くなっていきます。

治療・経過：鍼灸治療は障害されている足底腱膜部の消炎と愁訴の緩解を目的に行った。治療体位は左下横臥位で左膝関節を軽度屈曲させた体位で行った。バスタオルにくるんだラドファンゴパックで左踵部を保温、15分間。保温後ステンレス製ディスポ1寸3分-2番鍼(40mm-18号)を用い、圧痛が著明に検出された足底腱膜の付着部を目標に踵部の前方、足背と足底の境界部あたり(内腱膜とする)から足底に対して水平に約2cm刺入、単刺法(図3)。腱膜に灸点紙を用い、半米粒大のもぐさを患者が強い熱さを感じた壮数を基準にして(本症例では5壮)施灸を行なった。

生活指導：心配しないで今まで通りの生活を楽しんでください。

第2回(5月26日・6日目)初回の治療終了後から夜トイレに起きたときと、起床時左の踵に体重がかかったときの痛みは少し楽になった。腱膜の圧痛は前回より軽い。

第3回(5月31日・11日目)前回から症状はあまり変わらない。腱膜の圧痛は前回と同じくらい。

ステンレス製ディスポ1寸3分-2番鍼(40mm-18号)を用い内腱膜から前回より1cm深く約3cm刺入、単刺法。疼痛部位にズキンというひびきを得た。腱膜に灸点紙を用い、半米粒大のもぐさを、患者が強い熱さを感じ

た壮数+1（本症例では6壮）の施灸を行なった。

第4回（6月6日・17日目）2～3日は軽く痛んだがあとは痛みを忘れている。腱膜の圧痛は改善して軽度に残存。治療は初回と同様。

第5回（6月20日・31日目）痛みを感じる事がほとんどなくなった。腱膜の圧痛は右に比較すると軽度に残存する。

症状緩解とみて今回で治療を終了した。

考 察：本症例を足底腱膜炎と診断した。

以下にその理由を述べる。

1. 発症はドライブシューズをはいて足場の悪い道の歩行中である^{2) 3)}。
2. 強い圧痛を疼痛部位である足底腱膜部に限局して検出した^{1) 3) 4)}。
3. 起床時、左足の踵が着地したときに痛む^{1) 2) 3) 4) 5)}。歩行で増悪することは少ない¹⁾が、なかには増悪するものもある²⁾。

なお、臨床症状および診察所見から以下の類症疾患を除外した。

1. 足根管症候群

夜間痛はなく、足根管症候群にみられるしびれ感はない。左内踝の足根管部に圧痛を検出しない^{6) 7) 8)}。

2. 足底腱膜線維腫症

踵より前方に腫瘤を触れない²⁾。

3. 踵骨脂肪体萎縮

本症例の疼痛は歩行により増悪しない²⁾。

足底腱膜炎は足底筋膜炎、踵骨棘ともいわれ、一般に踵部（足底腱膜付着部）と足底部（土踏まず付近）の疼痛を含んだ診断名となっている^{1) 3)}。本症例では踵骨足底部前内側すなわち足底腱膜の付着部^{9) 10)}に疼痛を訴え圧痛を同部位に検出したことから診断名を足底腱膜炎とした。しかし疼痛の様式、起床時踵に体重がかかったときにズキンと痛むこと、圧痛部位が足底腱膜の付着部であること、などから踵骨棘の方がより具体的な診断名となる^{1) 2) 3)}。

症例は最初に受診した整形外科医院の医師から骨棘の存在を指摘され、骨棘と圧痛を根拠に足底筋膜炎の診断を受けた。一般に、踵骨結節の骨棘形成は足底腱膜炎の患者だけでなく、症状のない高齢者にも高い頻度で検出されるといわれ²⁾足底腱膜炎の原因ではないとされている^{1) 2)}。骨棘が物理的に軟部組織を刺激するのが疼痛の原因でなく、短趾屈筋腱付着部の炎症と滑液包炎がその原因であるといわれている^{1) 2)}。

鍼治療は第3回目（11日目）に内腱膜から前回より1cm深く刺入し、約3cm刺入し単刺法をしたところ疼痛部位にズキンというひびきを得た。この回を境に症状の軽減がみられたように感じている。このことから鍼治療が短趾屈筋腱付着部の炎症と滑液包炎の改善になんらかの働きかけがあったものと推測する。

足底腱膜炎は数カ月から3年で自然治癒するといわれている^{1) 2)}。また数万人規模の調査では治癒までの期間がストレッチだけでも大差ないといわれ、鑑別診断をきちっと行えば大半は経過観察のみで、積極的な治療も必要ないと書かれている²⁾。本症例の経過は、7カ月間にもおよぶ慢性傾向の症状であったが、約1カ月程度の鍼灸治療で緩解に導けた。このことは足底腱膜炎に対し自然治癒を待つまでもなく、積極的に鍼灸治療を試みる価値があるのではないかと考察する。

経穴の位置

腱 膜：踵骨足底部前内側

内腱膜：踵部の前方、足背と足底の境界部

参 考 文 献

1. 井口 傑：踵骨棘，「足のクリニック」，P163～165，南江堂，2004。
2. 井口 傑：「足底筋膜炎の治療」，No4099，P94～95，日本医事新報，2002，11，16。 P14
3. 高倉義典：足底筋膜炎，「足の診療ガイドブック」，P163～164，南江堂，2001。
4. 廣谷速人：踵部痛，「末梢神経絞扼障害」，P147，金原出版株式会社，1987。
5. Merrill A. Ritter, M. D. : 足底の痛み，「スポーツ外傷・障害マニュアル」P32～34，Marjorie J. Albohm, A. T., C. : 医道の日本社，1989。
6. 廣谷速人：足根管症候群，「末梢神経絞扼障害」，P139～143，金原出版株式会社，1987。
7. 井口 傑：足根管症候群，「足のクリニック」，P186，南江堂，2004。
8. 高倉義典：足根管症候群，「足の診療ガイドブック」，P119～121，南江堂，2001。
9. James E. Anderson：「グラント解剖学図譜」，第3版，43—87. 4—91. 医学書院，1986。
10. 星野一正：「生体の観察」，P374～382，医歯薬出版，1984。

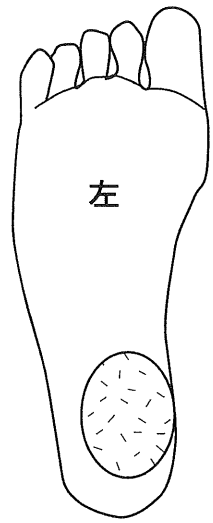


图1 疼痛部位

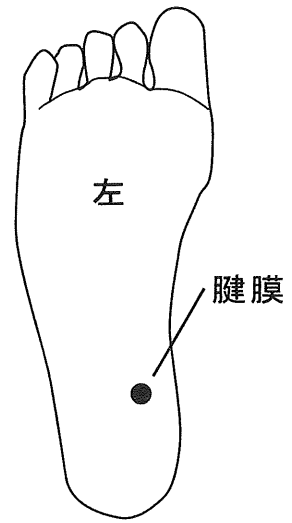


图2 压痛部位

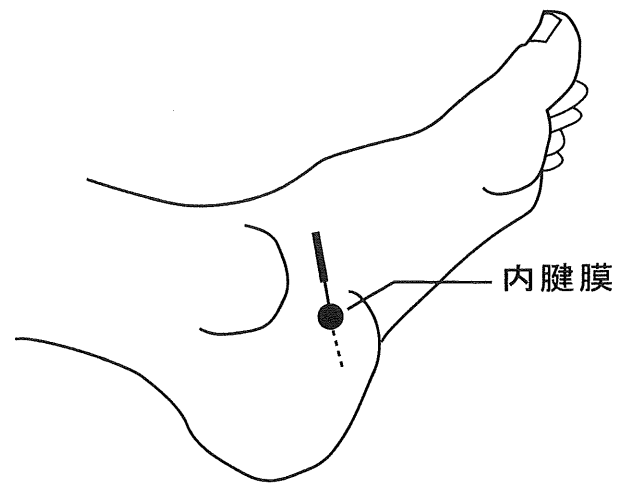


图3 刺鍼部位