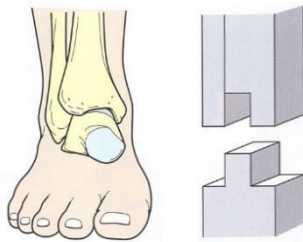


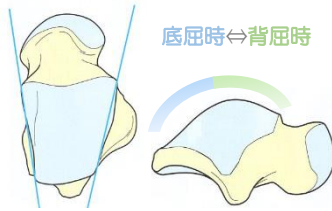
はじめに、足関節の機能解剖

1-ankle mortise



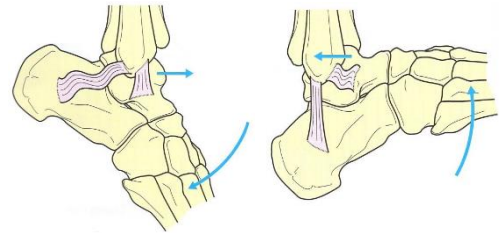
2-距骨関節面

※前方部が後方より
4.2mm 広い扇型



“底屈時”

“背屈時”



3-外側靭帯



4-内側靭帯

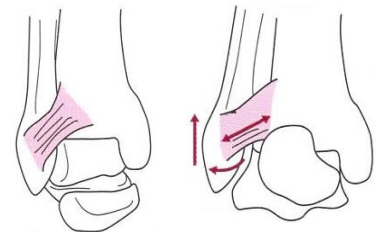
※三角靭帯
・前脛距部
・脛踵部
・後脛距部



5-脛腓靭帯

“中間位”

“背屈時”



1. 足関節捻挫 a. 外側靭帯損傷

1-概要

●距腿関節に“内返し”強制が加わり損傷。
“外返し”による内側靭帯損傷より多い。



2-症状

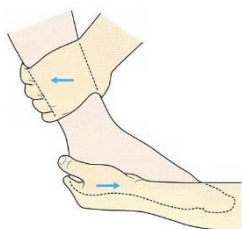
●損傷部に一致した圧痛/腫脹/皮下出血斑、
受傷機序を再現することで疼痛増強



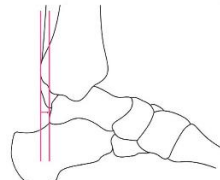
- ・前距腓靭帯の単独損傷が最も多く、前距腓靭帯Ⅱ度損傷以上では踵腓靭帯損傷を合併する。
- ・小児外傷の場合、『腓骨下端部の裂離骨折』に注意を要する。

3-徒手検査

【前方引き出しテスト】

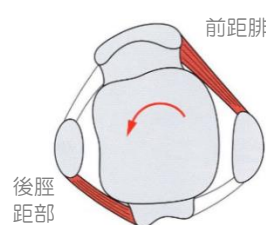


※X線像にて2mm
以上の左右差にて
Ⅱ度損傷と判断

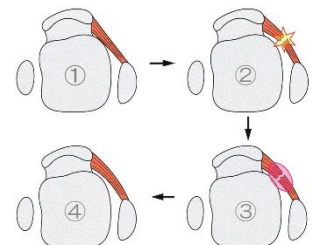


4-重症パターン

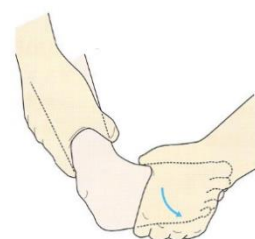
※内反損傷で内側受傷



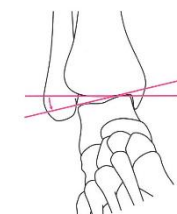
5-靭帯が伸びるメカニズム



【内反ストレステスト】



※距骨傾斜角15度
以上で踵腓靭帯損傷



6-治療

※RICE 処置 / Ⅱ度以上はギプス固定、Ⅰ度では装具療法



b. 内側靭帯損傷

- 足関節の外返し強制で発生。完全断裂は少ない。完全断裂より内果の裂離骨折の発生頻度が高い。

“内果裂離骨折”



“不全断裂”



“完全断裂”



c. 脛腓靭帯損傷

- 前脛腓靭帯の損傷頻度が高い。
- 足関節の背屈位を強制され、足部が外転したときに生じやすい。



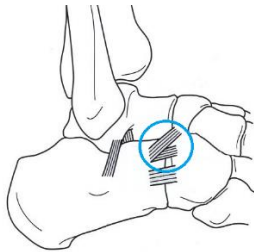
※関節凹構造が破綻不安定性が生じる



※外旋ストレステスト

d. 二分靭帯損傷

- 踵骨前方突起と舟状骨・立方骨を結ぶ靭帯の損傷



※内返しに前足部の内転強制が加わり発生する。裂離骨折の頻度が高い。

“踵骨前方突起裂離骨折”



a. 外側靭帯損傷	特徴	発生機序	●足関節の：→	強制により発生する。
		好発部位	●：→	の単独損傷が最多。次いで踵腓/後距腓
	症状	疼痛	●内がえしや、距骨引き出しにより誘発される。	
		腫脹	●：→	が外果前方から下方にみられる
		圧痛	●：→	●重症例：踵腓靭帯/三角靭帯に損傷
		不安定性	●前方引き出しテスト：→ ●内反ストレステスト：→	※足関節0度で行うと踵腓靭帯のみ検査可能
	治療	固定	●足関節中間位固定：部分断裂2~3週、完全断裂3~6週間 ●急性期 RICE 処置：U字パッドを外果に圧迫固定し腫脹抑制	
後療法		●早期より足趾の運動療法	●：→ に対して筋力強化	
b. 内側靭帯損傷	特徴	●完全断裂は少なく→	の発生頻度の方が高い	
	発生機序	●足関節の外返しで発生。距骨に回旋が加わると：→	を合併	
	症状	●内果下方の疼痛/腫脹。荷重できないことが多く、免荷が必要		
治療	●保存療法：三角靭帯部分断裂+脛腓靭帯損傷 (：→)			
	●観血療法：三角靭帯完全断裂+脛腓靭帯損傷 (：→)			
c. 脛腓靭帯損傷	特徴	●前脛腓靭帯損傷が多く単独損傷は少ない。 背屈+外旋にて発生		
	症状	●果部骨折や→	に合併し加重不能例が多い	
	治療	●観血療法：→	が生じるため選択される	
d. 二分靭帯損傷	症状	●圧痛点：→	●内返し強制で発生する	
	特徴	●二分靭帯自体の損傷より：→	になることが多い	
	治療	●疼痛・腫脹は通常2週で消退	●要鑑別：前距腓靭帯捻挫	

ご清聴ありがとうございました。

第24回 練習問題

問題1 足関節捻挫で正しいのはどれか。

1. 踵腓靭帯損傷が多い
2. 後脛骨筋の強化が再発防止に有効
3. 外果の前面に圧痛を認めることが多い
4. 外がえし捻挫が多い

問題2 足関節内反捻挫で正しいのはどれか。

1. 足関節軽度底屈位で固定する
2. 後距腓靭帯断裂では前方引き出しテストが陽性になる
3. 腫脹は内果周辺に著明である
4. 重症例では距骨傾斜角が増大する

問題3 足関節内側靭帯損傷で誤りはどれか。

1. 踵腓靭帯損傷も同時に受傷する
2. 完全断裂は少ない
3. 足関節を外返し強制的に受傷する
4. 靭帯の損傷より内果骨折の方が多い

問題4 二分靭帯損傷で誤りはどれか。

1. 足関節内がえし強制的に発生する
2. 足関節前方引き出しテストで陽性となる
3. 外果と第5中足骨基部を結ぶ線の間接点から2横指前方に圧痛が見られる
4. 二分靭帯損傷よりも踵骨前方突起の裂離骨折の方が多い

問題5 足関節内反不安定性を改善する目的で強化する最も適切な筋はどれか。

1. 前脛骨筋
2. 長・短腓骨筋
3. 後脛骨筋
4. ヒラメ筋

参考) a 外側靭帯損傷 発生機序⇒内がえし
好発部位⇒前距腓靭帯
腫脹 ⇒皮下出血斑
圧痛 ⇒外果前面(方)
前方引き出しテスト⇒前距腓靭帯
内反ストレステスト⇒前距腓靭帯、踵腓靭帯
後療法 ⇒腓骨筋

b 内側靭帯損傷 特徴 ⇒内果裂離骨折(果部骨折)
発生機序⇒脛腓靭帯損傷
治療 (⇒なし)
(⇒あり)

c 脛腓靭帯損傷 症状 ⇒三角靭帯完全断裂
治療 ⇒脛腓間の関節不安定性(動揺性)

d 二分靭帯損傷 圧痛点 ⇒外果と第5中足骨基部を結ぶ線の中央から2横指前方
本来 ⇒踵骨前方突起裂離骨折

2-9 脚脚
2-4 脚脚
1-8 脚脚
4-2 脚脚
8-1 脚脚