

種子骨とは、腱の中の負荷が増大する部位（急激に曲がる場所など）に存在し、筋肉運動効率を高めるための丸い骨組織のことです。



母子種子骨障害

母趾球部には通常2つの種子骨が存在しています。この種子骨またはその周囲組織に異常をきたします。問題なのは、母趾種子骨が足の体重のかかる場所にあるということです。圧がかかりやすく、障害も受けやすいのです。種子骨の大きさや体重のかかり方、個人の足の構造や柔軟性、運動量、着用する靴などの要素があ、障害を起こす原因となります。

母子種子骨障害の症状

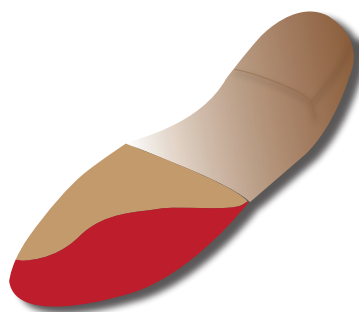
荷重時の疼痛のために歩行が困難となります。

自宅でのケア

- ▼患部への負担を避ける。
- ▼クッション性がある靴を着用し、ヒールなどになるべく避ける。
- ▼患部を冷やす。

治療方法

- ▼炎症のコントロール
患部を氷で冷やす、安静にすることを心がけ、あまりに炎症が強い場合には、局所注射を行うこともあります。
- ▼足底圧のコントロール
インソールや除圧用パッドなどを使用し、足裏の圧を調整します。
- ▼ギプスや装具などを用いて、安静を保つこともあります。
- ▼手術
重度の場合には、手術を行うこともあります。



オーダーメイドの
インソール



種子骨障害用パッド