

# 中川接骨院だより

平成19年 3月1日発行 第25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の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。

## 第一回 射水市柔道大会が開催



2月18日(日)射水市主催の柔道大会が新湊総合体育館柔道場で開催されました。

市町村が合併し始めての大会ということで、県内の小、中学生が参加し盛大に開催されました。

わが櫻心柔道塾は、予選リーグを一位で突破したのですが、決勝戦では2-1で負けてしまいました。

最後まであきらめない、自分に厳しく攻める柔道をしなければなりません。

次回こそは、優勝できるようにと皆で誓いました。

父談

## 当院での症例



### 85歳 女性 右前腕骨骨折

自宅廊下で、転倒した際手をつき負傷。

認知症があり、固定具を自分ではずしてしまい困難でしたが、何度も整復と針金副子固定を繰り返し、手技療法により日常生活には支障なく治癒しました。

接骨院での治療の利点として

- ☆ 入院しなくても治療可能
- ☆ 毎日、経過の観察が出来る(インフォームドコンセント)
- ☆ 親切、丁寧
- ☆ 治療費が病院に比べ格段に安い。

## 巻き爪， 陥入爪でお悩みの人

ドイツB/Sのノウハウによって、特性の矯正板を装着し、食い込んだ爪を無理なく持ち上げ痛みを軽減させます。

装着期間は約三～四週間です

施術料金 一本 ￥4,200 円

詳しくは院長まで

急性の外傷、疲労等による腰痛、肩こり、O脚、骨盤矯正はカイロ治療が効果があります。真の原因をさぐり全身的な、治療を施します。

治療費	初診料(検査)	2,100 円
	治療料	4,200 円
	回数券 [5回券]	18,900 円
	回数券 [10回券]	33,600 円

家族の方もご使用できます。 但し初診料(検査) 2,100 円は別途必要です

### ☆ 編集後記 ☆

先日、北日本新聞の読者のひろばに「寒げいこについて」と題して投稿したところ、2月4日の朝刊に掲載されました。私の書いた原稿が、富山県内に配られると思うとうれしく思いました。掲載後の皆様の反応がとても楽しみでしたが、期待していたほど少なくてちょっとがっかりしました。(;-;)毎日忙しい生活の中で、投稿欄まで目を通す時間が無いのかなとも思いました。しかし、患者さんの『読んだよ。』の一言でそんな気持ちも打ち消してくれ、さらに仕事に邁進する私でした。(。^。)

さっそく次の週に、越中座(北日本新聞を印刷する工場)へ家族で見学に行きました。時速50km/hの猛スピードで印刷する機械や自分が誕生した日の新聞をコンピュータで探し出し、楽しい一日でした。



### 診療時間の案内

平日 午前8時30分～午後12時30分 午後4時頃～午後8時

土・祝日 午前8時30分～午後12時30分

自由診療 随時受付

雨の日や足腰の都合の悪い方、送迎もいたしております。TEL26-5755にご連絡ください。