

こちら
子どもスポーツ診療室



足の裏が平らな状態を扁平足といひ、思春期に新たなスポーツを始めたときに発症することがある。小児期の扁平足は目立った症状がないまま、自然に治るケースが多い。だが、足の痛みや疲れといった症状が出るようなら、重症化する前に改善する必要がある。徳島大学大学院運動機能外科学の殿谷一朗助教に扁平足の症状や治療法を聞いた。



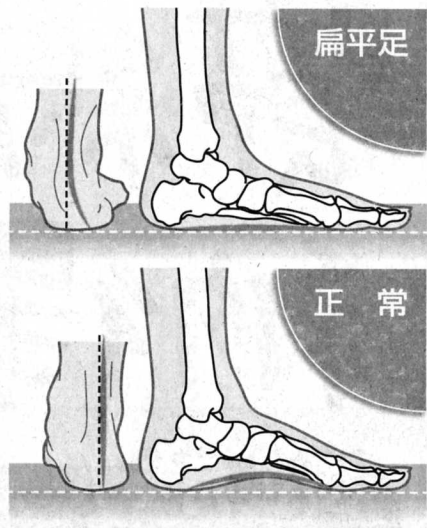
殿谷一朗助教

「た症状が出ることもある。足に痛みがある」と歩き方が悪くなり、膝や腰などに負担がかかって足の他の部位にも悪影響を及ぼすことがある。

「小児期扁平足は「やわらかい扁平足」と呼ばれる。大半が体重をかけていなければ縦アーチが保たれるやわらかい扁平足で、立った本の計3本で構成され、走ったりして足の裏が押し込まれたときだけ扁平になる。子どもは関節が柔らかく、筋肉や靭帯、骨などの発達が十分でないために起こる。」

「扁平足になると、アーチの機能が不十分になるため、足の裏からふくらはぎにかけて痛みや疲れ、不快感とい

靴の補正や筋力鍛え改善



「扁平足は、アーチを補正するなど保存療法で改善できることが多いが、重症化すると手術が必要になるケースもある。殿谷助教は「思春期までの子どもは扁平足は過剰に心配する必要はない。だが、症状が出るような場合は、なるべく早く整形外科を受診してほしい」と呼び掛けている。(山口和也)

「扁平足は、アーチを補正するなど保存療法で改善できることが多いが、重症化すると手術が必要になるケースもある。殿谷助教は「思春期までの子どもは扁平足は過剰に心配する必要はない。だが、症状が出るような場合は、なるべく早く整形外科を受診してほしい」と呼び掛けている。(山口和也)

「扁平足は、アーチを補正するなど保存療法で改善できることが多いが、重症化すると手術が必要になるケースもある。殿谷助教は「思春期までの子どもは扁平足は過剰に心配する必要はない。だが、症状が出るような場合は、なるべく早く整形外科を受診してほしい」と呼び掛けている。(山口和也)

「扁平足は、アーチを補正するなど保存療法で改善できることが多いが、重症化すると手術が必要になるケースもある。殿谷助教は「思春期までの子どもは扁平足は過剰に心配する必要はない。だが、症状が出るような場合は、なるべく早く整形外科を受診してほしい」と呼び掛けている。(山口和也)

「扁平足は、アーチを補正するなど保存療法で改善できることが多いが、重症化すると手術が必要になるケースもある。殿谷助教は「思春期までの子どもは扁平足は過剰に心配する必要はない。だが、症状が出るような場合は、なるべく早く整形外科を受診してほしい」と呼び掛けている。(山口和也)

扁平足

「扁平足は、アーチを補正するなど保存療法で改善できることが多いが、重症化すると手術が必要になるケースもある。殿谷助教は「思春期までの子どもは扁平足は過剰に心配する必要はない。だが、症状が出るような場合は、なるべく早く整形外科を受診してほしい」と呼び掛けている。(山口和也)