



足から健康を考える (扁平足編)

発行：根来接骨院 院長 根来信也
 神戸市灘区日尾町1-2-9豆田ビル1F TEL&FAX：078-862-3628
<https://negoro-sekkotuin.jimdofree.com/>



みなさん、こんにちは。
 コッラボ通信第七号をお届けします。

今回は、当院にある、『足底観察装置(強化ガラスで割れないようにしたスキャナー)』で足型測定を行っているときに、患者様から「発達段階における土踏まずの変化」についてでした。

今回から二回に渡って「扁平足」についてお話したいと思えます。

扁平足のお話の前に、足のアーチについてご説明します。骨からヒトの特徴を説明するために、他の動物との比較から始めたいと思います。

ヒトの特徴は、二本足で立つ・歩くことです。二本足で歩くのであれば、鳥も二本足で歩きますね。いったい何が違うのでしょうか？



写真1.エミュー

足の趾(ゆび)の数もヒトは五本で、エミューは三本と違いますね。

大きく違うのは、頭の位置です。専門的にヒトは直立二足歩行していることが特徴となります。

直立二足歩行するためにヒトには足にアーチ構造があります。

チンパンジーとの比較

チンパンジーの骨格と比較してみると、後ろ足のアーチ構造がないため、ペタッと地面についています。



写真2.チンパンジーの骨格標本

ヒトの足の骨格を覗くと少し分りにくいかも知れませんが、内側と外側の縦のアーチと横のアーチから構成されています。

アーチは、①体重を支える、②バネの役割、③衝撃の吸収・分散の役割があります。

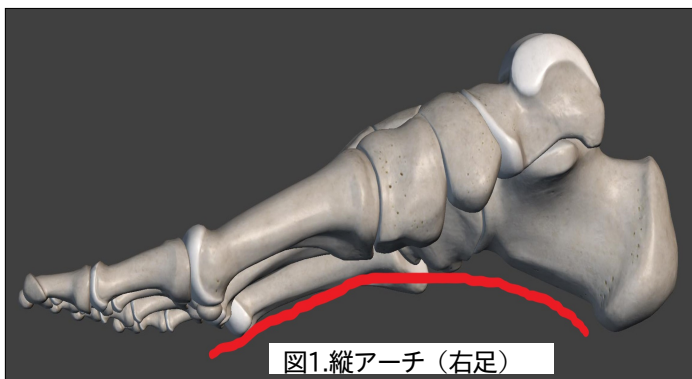


図1.縦アーチ(右足)

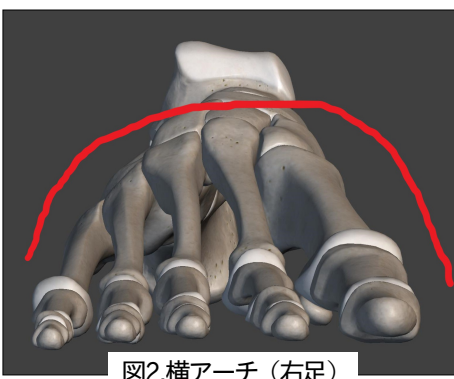


図2.横アーチ(右足)

土踏まずに最も関係するアーチは足の裏側から見た親趾(ゆび)側の内縦のアーチ(☆)になります。

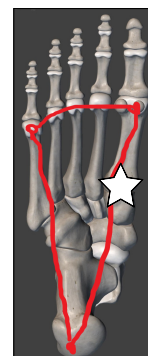


図3.内側縦アーチ

いわゆる扁平足は、この土踏まずに関係する内側縦アーチの低下した状態をいいます。

当院で、足型測定を行う際に患者様がよく、扁平足と言われたことがあるとお聞きします。

これは、見た目で内側の縦アーチが下がっているように見えているのが原因のようです。

言った方は、忘れていますが、言われた方はよく覚えています。

扁平足の正確な診断はレントゲン写真から行います。もう一つの方法は、土踏まずの形成の程度から判断します。

次号をお楽しみに。

足裏観察をご希望の場合、お気軽にお訊ねください。