

Q

外反母趾で足の親指が変形し痛
いです。最近ひどくなっています。



社会医療法人三車会
公式キャラクター
みくまくん

《回答者》

◆整形外科

貴志川リハビリ
テーション病院
手・足の外科センター
手外科専門医

谷口 泰徳副院長・センター長

A

外反母趾^{がいはんぼし}は、足の親指（母趾）が第5足指側に曲がって変形した状態をいいます。外見から診断できますが、正確な評価にはレントゲン検査が必要です。

原因には、遺伝的要因や履物などが関係しています。中高年の女性に多く、履物でいえば、つま先が細くなった靴やハイヒールがなりやすいといわれます。リウマチ患者さんも重度の外反母趾を発症します。

症状は、足の親指の付け根が内側に突出して、靴に当たって痛み、赤く腫れてきます。足の裏にタコ（胼胝^{へんぢ}）ができて痛みを伴います。進行すると母趾だ

けでなく、第2足指や第3足指にも変形や痛みを生じます。

外反母趾の治療で大切なことは、まず、適切な靴を選ぶことです。足の親指を第5足指側へ圧迫するような先の細い靴は避けます。そして装具療法、運動療法などの保存的治療を行います。保存的治療で効果がなく、痛みが強くなる場合は、手術による根本的な治療を選択します。手術療法には色々あり、母趾の骨を切り矯正する方法や、骨を切らずに変形を矯正する方法などがあります。

外反母趾は、様々な足の病気の治療を専門的に行っている病院で、経験豊富な医師に相談するのが良いでしょう。