

ニュース和歌山 2022年8月27日号の
「おしえて！マイドクター Q&A」に掲載。

Q 10歳の男子。サッカーの練習をすると、足のかかところが痛いです。



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

整形外科専門医 手外科専門医

谷口 泰徳副院長・センター長

A

この子の病気は、10歳前後の小学校高学年の男の子に多い病気で、シーバー病と思われます。アメリカの整形外科医の名前に由来しています。踵骨骨端症（しょうこつこつたんしょう）とも呼ばれます。子どものスポーツ障害としてよくみられ、使い過ぎ症候群の一種です。ランニングをしたりすると足のかかところに痛みを強く感じます。かかところに軽い腫れや熱を持つこともあります。かかとを内側と外側から押すと強い痛みがでます。痛みを避けるためにつま先歩きをすることもあります。

この子の病気は、10歳前後の小学校高学年の男の子に多い病気で、シーバー病と思われます。アメリカの整形外科医の名前に由来しています。踵骨骨端症（しょうこつこつたんしょう）とも呼ばれます。子どものスポーツ障害としてよくみられ、使い過ぎ症候群の一種です。ランニングをしたりすると足のかかところに痛みを強く感じます。かかところに軽い腫れや熱を持つこともあります。かかとを内側と外側から押すと強い痛みがでます。痛みを避けるためにつま先歩きをすることもあります。

原因は急にスポーツを始め

治療は、原因と考えられるスポーツや激しい運動を控えることです。アキレス腱とふくらはぎをしつかりと伸ばすストレッチを行います。2カ月ぐらいで痛みは軽快します。後遺症を残すことはありませんが、かかところに痛みや腫れが続く場合は、整形外科専門医の先生の診察を受けてください。