

て！ えクター 教ドク Q&A

(株)宣通 (052) 979-1602 広告

Q 最近バスケットボールクラブに通い始めた息子が、脛(すね)の内側が痛いと言っています。数日休むと良くなるものの、練習を再開するとまた痛むようです。病院に行くべきでしょうか？

A ご質問有難うございます。スポーツをしているお子様の繰り返す脛の痛みということで、大変ご心配をされていると思います。

スポーツによる脛の痛みで代表的な疾患は「シンスプリント(脛骨過労性骨膜炎)」です。症状の特徴は脛の遠位1/3の内側後方に沿って生じる痛みです。特に陸上競技やバスケットボール、サッカーなどランニング、ジャンプを繰り返す競技に多いといわれています。また運動開始時に痛みを感じ運動を止めると症状が緩和するため、医療機関への受診が遅れることもしばしばあります。

ばあります。ここで鑑別すべき疾患は「疲労骨折」です。自覚症状のみでは疲労骨折との区別は困難ですので、今回のケースでは整形外科を受診することを強くお勧めします。

シンスプリントの発症危険因子として①扁平足②下肢柔軟性の低下③体幹股関節周囲の筋力低下④モーターコントロール不良などがあります。治療としては運動制限による患部への過負荷を回避すると同時に、治療の中心である機能訓練(運動器リハビリテーション)を実施します。下肢の柔軟性及び体幹安定性を獲得し、自分自身でモーターコントロールをできるようにすることが大変重要です。扁平足などがある場合はインソール(足底板)の良い適応となります。詳しくはスポーツ整形外科に詳しい専門医にご相談ください。



院長 深谷 泰士
(あつたの社 整形外科スポーツクリニック)

1995年京都府立医科大学医学部卒業、2005年名古屋大学大学院修了医学博士、南カリフォルニア大学博士研究員、2010年名古屋第二赤十字病院整形外科副部長、2015年名古屋グランパス専属チーフチームドクター、2020年現職。日本整形外科学会認定専門医、同学会認定スポーツ医、日本スポーツ協会公認スポーツドクター。

名古屋栄駅前

痔の日帰り手術・大腸内視鏡検査

ふくはら大腸肛門外科・消化器内科

名古屋市中区栄4-2-7 栄イーストビル5F

HPあり

☎(052) 252-5021



矯正歯科 http://www.sakura-kyousei.com/

北区上飯田南町3-89-2 (上飯田バスターミナル東400m)

☎(052) 914-9821

あなたの「コラム」掲載頂く
街の医療機関様募集中!!



お問い合わせは(株)宣通 ☎052(979)1602