

現代社会で増えている外反母趾（がいはんぼし）

リハビリテーション科部長 関 展寿

難しい病名が多い整形外科疾患の中で、医学名であり一般名でもあるのが外反母趾です。ご存じの通り足の親指がくの字に曲がって内側の痛みを出します。三大要因として、女性・ハイヒール・遺伝があり約9割が女性とされています。女性の社会進出で靴を履く時間が増え外反母趾の患者さんは増えているのですが、逆に靴社会なのであまり足を他人から見られることもないという矛盾したような状態にあります。人知れず悩んでいる女性から、実は外反母趾で何とか治りませんか、と相談されることがあります。レントゲン写真で母趾基節骨（母趾の骨）と第一中足骨（付け根の骨）の角度が20度以上あれば外反母趾の診断になります。

ハイヒールを履く年齢から発生することが多く、加齢とともに変形が進行し痛みを伴うようになります。進行防止にはハイヒールを履かないこと（せめて3cmまでのヒールにすること）、先端が広く足趾を動かせる靴を履くことです。予防の体操としては両母趾に輪ゴムをかけて母趾を開く体操や、足趾でグーチョキパーをする体操などが効果的です。装具治療としては足趾の間に挟むセパレーターや母趾を内側に引っ張るサポーターもあり、痛みの改善や進行防止になります。病院でも取り扱っていますので相談してください。

しかしセパレーターやサポーターには起きてしまった変形を戻すまでの効果はありません。繰り返す胼胝（タコ）や持続性の痛みがある場合、または外観が気になる場合は手術が必要になり、母趾の付け根の骨を斜めに切って矯正する方法が主流です。変形が小さい場合はワイヤーで、大きい場合はプレートとスクリュー（板とボルト）で固定し、術後はギプスを巻きます。変形が小さい場合の手術は所要時間約30分、大きい場合は約1.5時間でともに入院期間は最短4日間です。最近の手術は低侵襲で、痛みが取れて母趾がまっすぐになるので患者さんに喜んでもらえることが多くなっています。

外反母趾の
レントゲン画



参考文献) 井口傑著 足のクリニック 南江堂

当院の奥山 幸一郎院長が一般社団法人日本脊椎脊髄病学会から脊髄モニタリング認定医として認定されました。

脊椎・脊髄は頸（くび）から腰まで広範囲にわたるため、脊椎脊髄外科専門医を中心とした多職種チームによる手術が必要です。脊髄モニタリングは、手術中の操作により、神経への障害があった場合に生じる電気信号を読み取り、アラームを音、色、波形で管理します。当院は手術の安全性を重視し、危険性の高い脊椎手術に脊髄モニタリングを使用しています。当院の脊椎脊髄外科専門医は4名で、うち3名が日本脊椎脊髄病学会の脊椎脊髄外科指導医です。首・肩・背中・腰・下肢の痛み、手・足のしびれ、歩行障害、手の使いにくさなど重度・軽度の様々な症状に対して的確な対応を行います。



☆診療科別外来担当医師一覧☆



令和3年10月1日現在

受 付 時 間	初診 8：15～11：00			再診 8：15～11：30	
曜日 診療科	月	火	水	木	金
内科 受付11時まで 〔 予 約 制 〕	診療応援医師	休診	休診	診療応援医師 〔 10/7,10/21 〕	休診
内科（循環器） 〔 予 約 制 〕	休診	休診	休診	診療応援医師 〔 10/7,10/21 13時30分～ 〕	休診
内科（呼吸器） 〔 予 約 制 〕	診療応援医師 〔 10/11, 10/25 13時30分～ 〕	弘前大学 〔 14時～禁煙外 〕	弘前大学 〔 14時～ 〕	休診	休診
人工透析センター 〔 予 約 制 〕	診療応援医師	休診	診療応援医師	休診	診療応援医師
消化器科 〔 内視鏡検査 予 約 制 〕	診療応援医師	診療応援医師	休診	休診	休診
外 科	阿部	佐藤茂範	阿部	佐藤茂範	阿部
乳腺・甲状腺外来	診療応援医師 〔 10/4、10/18 〕	休診	休診	休診	休診
皮 膚 科	休診	弘前大学	診療応援医師	休診	弘前大学
整形外科	奥山（12時30分～） 木戸（12時～） 関 佐藤千恵（9～12時） 佐藤千晶（11時～） 齋藤（9時～12時）	奥山 佐藤千恵 齋藤	木戸 千葉 （11時～12時30分） 加茂	関 佐藤千晶 浅香	奥山 木戸 関（9時～10時） 加茂 佐藤千晶（10時～）
ス ポ ー ツ 外 来	休診	休診	休診	関 〔 15時～16時 〕	関 〔 14時～16時 〕
骨粗鬆症・フレイル外来 〔 予 約 制 〕	休診	休診	休診	休診	佐藤千恵 〔 10/8, 10/22 11時～12時 〕
脳 神 経 内 科 〔 予 約 制 〕 〔 受付 13時～15時 〕	休診	休診	休診	診療応援医師 〔 10/7, 10/14, 10/21 〕	休診
脳 神 経 外 科 〔 予 約 制 〕	神里	休診	神里	休診	休診
泌 尿 器 科	休診	休診	診療応援医師	休診	診療応援医師
眼 科 〔 13：00～ 〕	休診	岩手医科大学 13時～	休診	休診	休診
耳鼻咽喉科	休診	休診	休診	秋田大学	休診
リハビリテーション科 〔 予 約 制 〕	奥山（10時～） 秋田大学（13時～）	千葉 （10時～）	千葉 （10時～）	千葉 （10時～）	関 （10時～）
歯 科 口 腔 外 科 〔 予 約 制 〕	桑島 及川 早津	桑島 及川 早津	桑島 及川 早津	桑島 及川 早津	桑島 及川 早津

◎ 診療日等、都合により変更する場合は院内・HP上にて事前にお知らせいたします。

※ 内科・脳神経外科は新患は受け付けておりません。

～秋田労災病院の理念～

当院は、勤労者や地域の人々の健康増進と疾病の予防・治療に取り組み、患者様の人権を尊重し、あたたかく、思いやりのある安全な医療を提供します。

独立行政法人労働者健康安全機構秋田労災病院
〒018-5604 秋田県大館市軽井沢字下岱30
TEL 0186(52)3131 / Fax 0186(52)3137
ホームページ <https://akitah.johas.go.jp>
Facebook <https://www.facebook.com/AkitaRosai>
◆診療科目◆
内科・血液内科、消化器科、外科、整形外科、脳神経内科、脳神経外科、
皮膚科、泌尿器科、眼科、耳鼻咽喉科、歯科口腔外科、
リハビリテーション科、放射線科、麻酔科、健康診断部、
勤労者脊椎・脊髄治療センター、治療就労両立支援部