

なるほどガッテン!

膝痛Q&A(16)

Q25 最近O脚が目立ってきましたが、どうしてでしょうか?

A25 人間の下肢は1~2才まではO脚傾向を示し、その後は徐々にX脚傾向を示すようになります。したがって通常はややX脚傾向の人が多いのですが、年をとっていき、主として膝の内側の軟骨が擦り減っていくと内側の関節の隙間が狭くなり、相対的に外側の隙間が広くなるためO脚になります(内側型変形性膝関節症)。内側の軟骨の摩擦が進めば進むほどO脚も進んでいくのです。子供の頃からO脚気味の人はこの傾向が早くなりますのでご注意ください。

反対に外側の軟骨の摩擦が進むとX脚になっていきますが(外側型変形性膝関節症)、以前にもお話ししたように大抵の人は内側の軟骨が主として摩擦するため、X脚は比較的まれです。またO脚になると靴底は外側から減っていきます。O脚になることで、前から見ると足先はややハの字型に開く形になり、靴底は外側がより地面に接するため、外側から減っていくのです。逆にX脚になると当然靴底は内側から減ってきます。またO脚やX脚が目立たない人も、靴底のどちらかがよりひどく減っていれば要注意です。

意ください。

(院長・福島 久徳)



三田市中央町9-36

TEL.079-564-0300

http://www.fukushima-clinic.com



整形外科 ふくしまクリニック

診療科目

整形外科
リハビリテーション科
リウマチ科
ペインクリニック (痛みの治療)

【休診日】土曜日の午後診、水・日曜日、祝日

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前診 9:00~12:00	●	●	/	●	●	●
午後診 15:00~18:30	●	●	/	●	●	/

