骨と関節をイメージした
整形外科アピールマーク

小児期扁平足

しょうにきへんぺいそく

「運動器の健康」世界運動
動く喜び 動ける幸せ

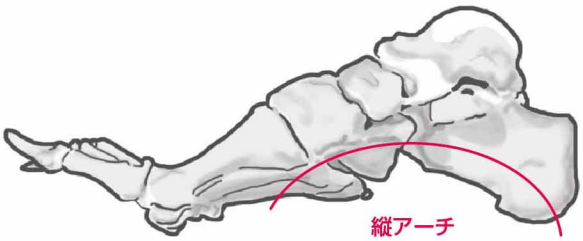
症状

土踏まずがなくなっているものを扁平足といいます。ほとんどの場合症状はなく、ご家族が気づき心配になって来院されますが、足の痛みや疲れやすいといった症状があることもあります。小児期扁平足の多くは、立って体重をかけたときには土踏まずはなくなっていますが、体重をかけない状態や爪先立ちをすると土踏まずができます。

小児期扁平足

原因・病態

足の裏のアーチ構造は、効率よく体重を支える機能があります。小児期扁平足では関節のまわりの靭帯が緩んでおり、土踏まずがつぶれて踵が外を向いています。先天的な病気が原因のこともありますので、変形の程度が強かったり痛みがある場合には、整形外科の医師にご相談下さい。



足部のアーチ構造

長生きを支える、足腰づくり。
ロコモチャレンジ!

診断

立ったときに土踏まずが低くなっているか、踵が外を向いているかどうかを検査します。幼児期の子どもでは足の裏の脂肪が厚く、扁平足でなくても土踏まずがわかりにくいことがあるので、注意が必要です。立位で体重をかけたときのX線像で変形の具合をみます。

標準

扁平足

治療

ほとんどの場合、成長に伴って10～15歳までに自然に土踏まずが形成されますので、症状がなければ積極的な治療の必要はありません。痛みなどがある場合には、アーチ構造を支える足底挿板（インソール、靴の中敷き）を装着した靴をはくようにします。先天的な疾患に伴う扁平足を除き、手術が必要になることはほとんどありません。

足底挿板（インソール、靴の中敷き）

企画・制作
公益社団法人日本整形外科学会

MO0076CKA
2019年4月作 成