

アキレス腱

とうもう整形外科クリニック 院長
井浦 浩司 先生

アキレスの名前の由来はギリシャ神話の英雄「アキレウス」からきています。アキレウスが生まれたときに母親が踵を持って不死の水に浸けたため、水がかからず踵のみが不死とならなかった。後にここを弓矢で射られて死に至ったという挿話にちなんでいます。

アキレス腱は下腿中央後面より踵骨にかけての部分を含め、強靱で太い腱です。歩行や走行、跳躍の際に踵を持ち上げたり、着地時につま先を踏み込ませたりする機能を持っています。アキレス腱に慢性的なストレスがかかったり、瞬間的に大きな負荷がかかると炎症や断裂などの外傷が発生することがあります。

アキレス腱断裂

筋肉の変性が強まる 30 代の人によく見られます。傷を負ったときは「後ろから蹴られたような」「棒でたたかれたような」といった訴えで来院されます。保存的な治療だと 6 週近くの固定が必要となり、通常の骨折治療よりも長期間の固定が必要です。固定によって関節が拘縮するのを避けるために手術となることが多い外傷です。

アキレス腱周囲炎・アキレス腱炎

筋肉の変性に加えてアキレス腱に慢性的な負荷がかかって発症します。アキレス腱の細微な断裂が治療過程で癒痕になったり、アキレス腱を包む「パルテノン」と呼ばれる組織が炎症を起こしたり腫れたりして腱と癒着して痛みを生じます。いずれも外用剤などを使用して局所安静が第一です。痛みが遷延する場合はステロイド剤の局所注射も行われます。まれに手術となる場合もあります。

セーバー病（骨端症）

小児の踵の痛みでよく見られるのはセーバー病といわれる骨端症です。骨端症とは、小児期のみ存在する骨の端にある骨をつくる部分の血流障害によって起こる痛みです。踵ではアキレス腱による牽引と運動による圧力で発症します。多くは安静にすることで症状は改善していきます。体育や運動を控え、やわらかい靴底を履くことを指導します。