

# 質問コーナー

当院ホームページに寄せられたメールでの問い合わせの中から、よくある質問にお答えしていくコーナーです。



Q. ミニバスケットの試合中に捻挫をし、整骨院にて治療中です。  
1、今回の怪我では、「足首の骨と骨が広がっているため、繋いでいる靭帯を傷めた可能性がある」と説明されました。  
痛み具合から、骨に異常は無いと言われましたが、念のためにレントゲンやMRIは撮った方がよいのでしょうか？

2、足首の靭帯を傷めた場合、どのようにしたらよいのでしょうか？(現在は、整骨院の先生にテーピングで固定してもらっています。)

以上の2点のアドバイスをお願いします。

A. 定量的に靭帯損傷を確定するにはストレスレントゲン撮影やMRI、エコー検査が適当ですが、症状と他覚的所見から靭帯損傷を診断することは可能です。  
しかし、剥離骨折など靭帯損傷と見分けのつかない場合もあるので、機会があればレントゲン撮影をされることはお勧めいたします。

とにかく固定安静です。  
特に初期は氷で冷やしていただき、その後は湿布程度でよいと思いますが、腫れをひどくしないために(靭帯を早く修復させるために)足をできるだけ挙上してください。  
この点は整骨院でも注意いただいていると思いますが、大切なのは炎症期が過ぎて動かすことが可能になってからです。  
可動域訓練や筋トレの方法など、当院ではリハビリでしっかり指導をさせていただきます。