

## 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お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.はじめまして。

私はおそらく扁平足だと思うのですが、今までは確かに自分に合わない靴が多かったり、人より足が疲れやすかったりと少し思う程度でそこまで気にしてはいなかったのですが、以前、スノーボードのブーツで自分の足に合わせてブーツのインナーとインソールを作れるものを購入した際、店員さんから「自分の足は非常に疲れやすく気をつけないとヘルニアや外反母趾になるかもしれない」と言われ病院などで診察していただくと思っています。どのような治療をいただけるのでしょうか。

A.お問い合わせ有難うございます。

足部のケアは大変重要です。

疲れやすい、タコができるなど足部の障害は多く、ほとんどの人がそのまま放置して、痛みが強くなってから医療機関を受診するケースが多いです。

まずご自身の足の状態をチェックし、症状に合わせてケアの仕方を御指導します。ご自身でできる場合と通院いただいて直接治療する場合がありますが、日頃のケアは外反母趾の予防や膝関節に痛みがある方でも治療として大切です。

椎間板ヘルニアとは直接関係があるか難しいところですが、下肢のバランスをとるという意味では重要です。

当院では入谷式インソールやオーダーメイドの足底板を作製しています。

診察をさせていただきますのでお気軽に御来院ください。

