

腓腹筋内側頭筋断裂（テニスレッグ） に対する ヒールアップパッドの有用性

岩永陸 三浦良平
(千里三浦整骨院)

目的

一般的な場合の処置

RICE処置（サポーター・テーピング）

重症の場合の処置

ギプス（ヒール付き）・松葉杖

時間と費用の問題

時間の短縮

費用の削減



ヒールアップパッドの使用

対象

- ・ 50代女性
- ・ 2023年7月20日に負傷
- ・ 激痛と歩行困難
- ・ 血腫を疑わせる画像

方法

- ・ 歩行時痛の違いを比較・検証
- ・ ヒールアップパッド（2cm）を使用



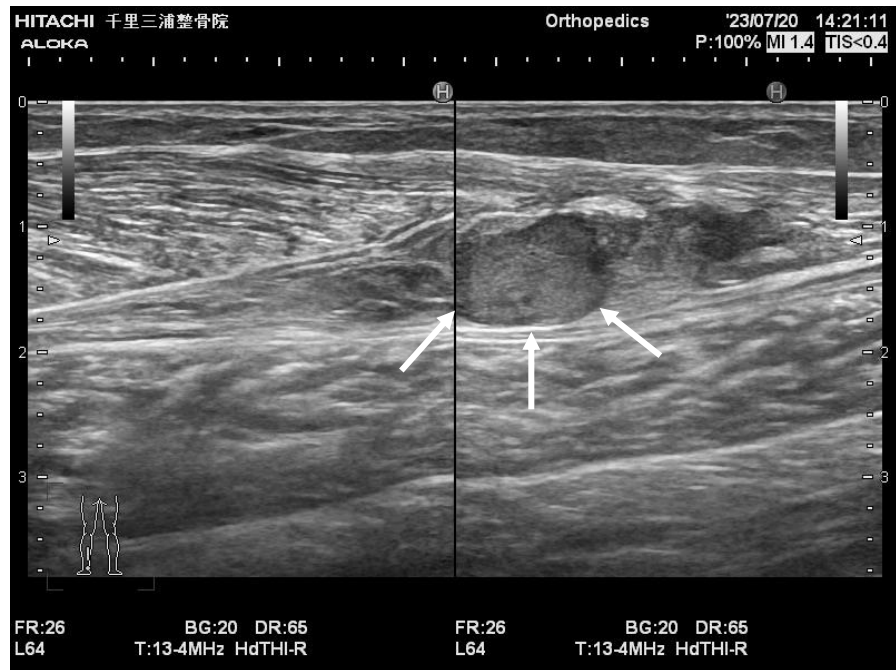
使用機器

- Noblus（日立アロカメディカル社製）
リニアプローブ18-5MHz
- Aplio me（キャノンメディカルシステムズ社製）
リニアプローブ8MHz

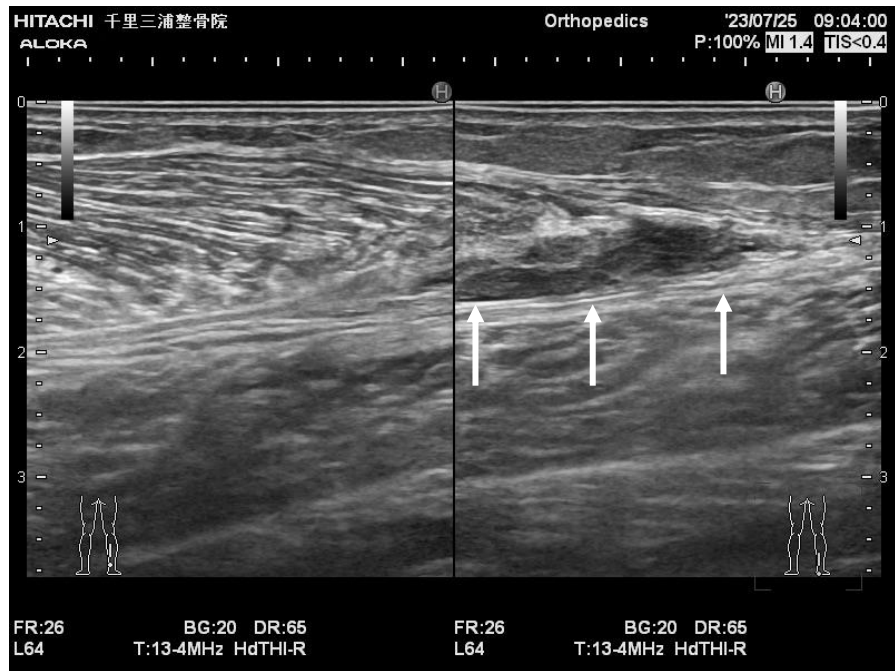


經過

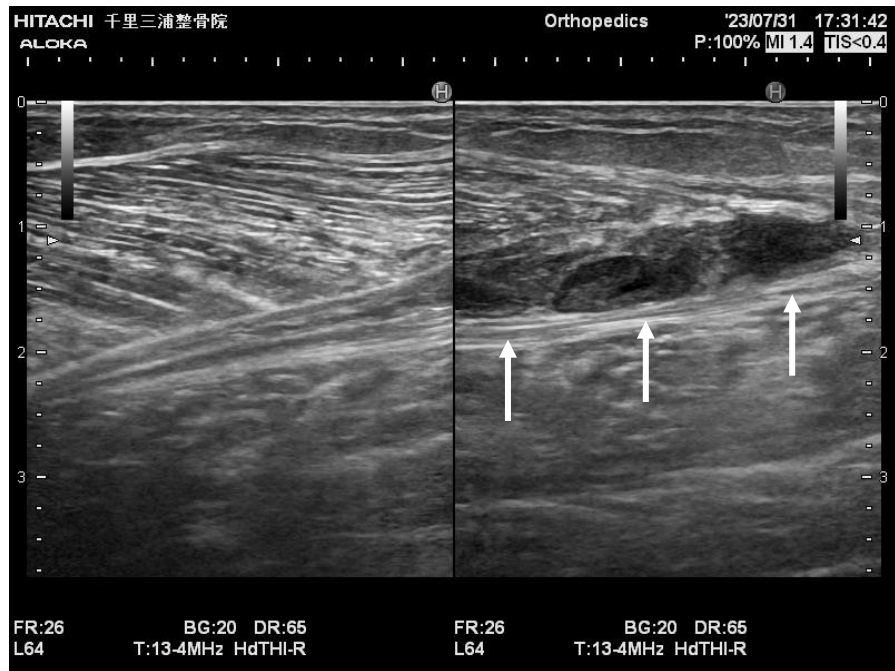
7/20 (受傷当日)



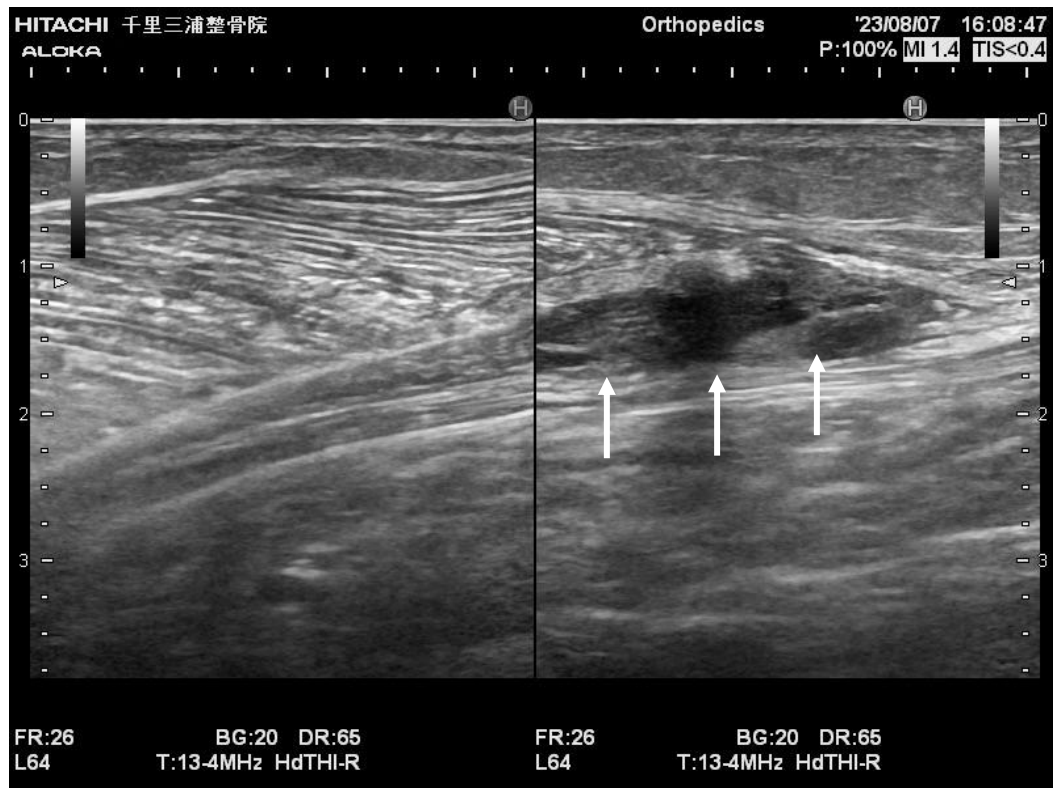
7/25 (受傷5日)



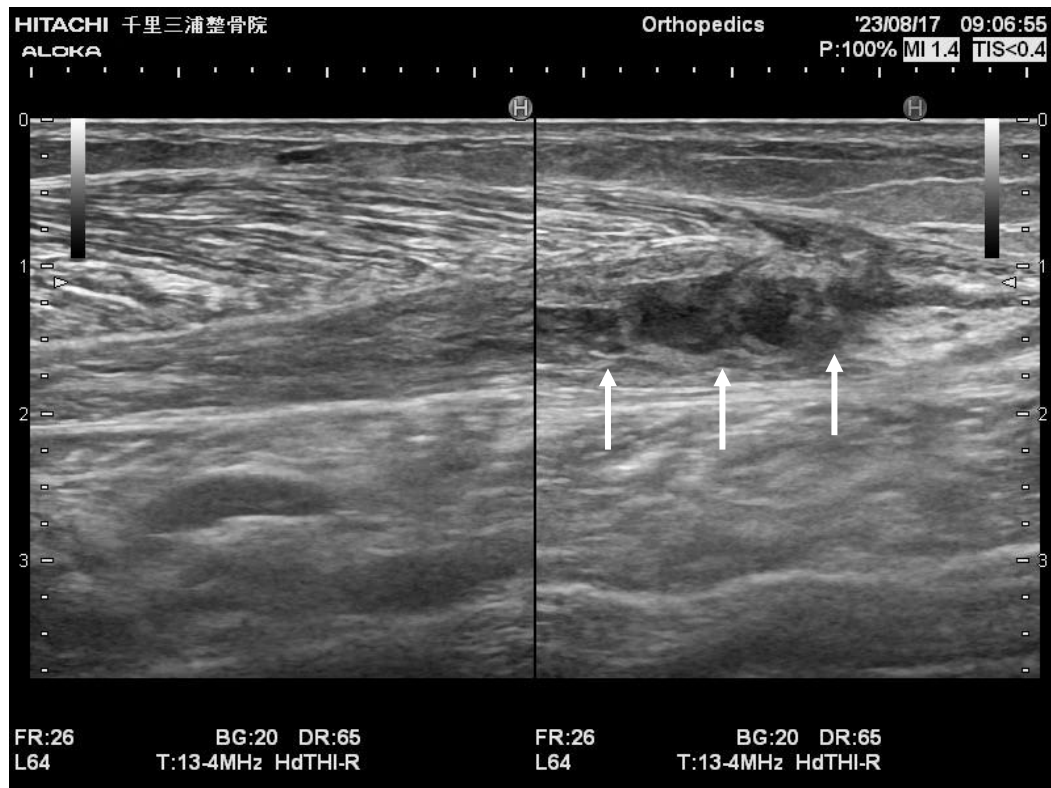
7/31 (受傷11日)



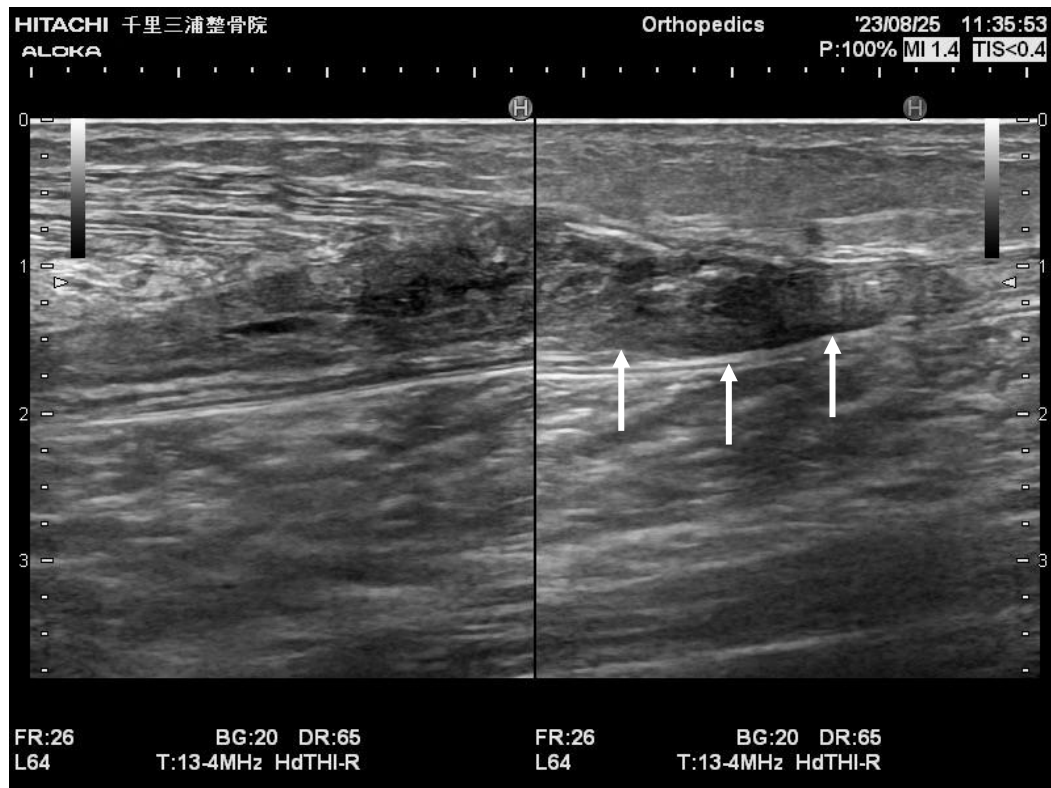
8/7 (受傷18日)



8/17 (受傷28日)



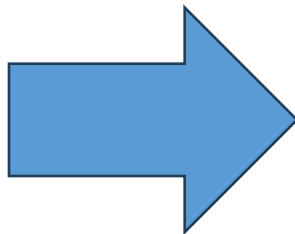
8/25 (受傷36日)



比較 (7/20 受傷当日の様子)



未着用時



着用時

結果

- ・ ヒールアップパッド着用で歩行時痛が減少
- ・ 受傷28日で歩行時痛消失
- ・ 受傷42日でテニスに復帰

考察

腓腹筋の緊張で痛み増幅

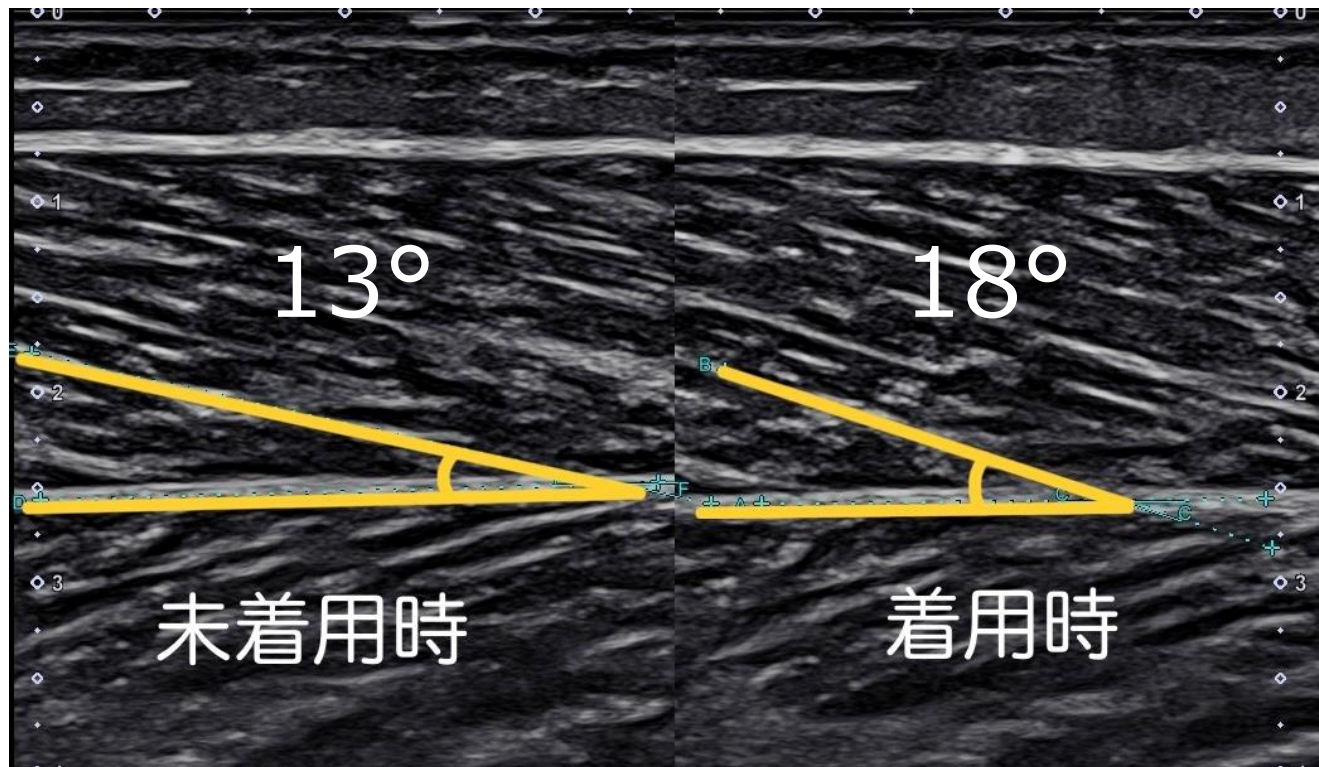


ヒールアップパッド着用で踵体重が可能



筋弛緩され、歩行時痛軽減

羽状角の比較



腓腹筋内側頭損傷の ヒールアップパッドの実績

効果	人数	割合
有効	50名	95%
無効	3名	5%
合計	53名	100%

期間：2022年1月1日～2024年9月30日

メリット・デメリット

	ギプス固定	ヒールアップパッド
処置時間	長い	短い
生活度	不自由	自由
衛生面	×	○
安定性	○	×

結語

- ・ 固定なしでも、安全に筋損傷が回復
- ・ 羽状角が 13° から 18° に変化し、腓腹筋が弛緩
- ・ 手間が省ける
- ・ 多数の症例で歩行時痛が軽減

参考文献

- Ward, S. R., Eng, C. M., Smallwood, L. H., & Lieber, R. L. (2009). Are current measurements of lower extremity architecture accurate? Clinical Orthopedics and Related Research, 467, 1074-1082.

ご清聴ありがとうございました。

