



### 【医学用語解説】

足関節捻挫と足関節靭帯損傷は同義語です。靭帯損傷は足関節に限らず3段階に重症度分類されており、1度：靭帯線維の損傷(所謂“靭帯を伸ばした”)、2度：部分損傷、3度：完全損傷です。足関節捻挫の中核は前距腓靭帯(外側の前の靭帯)損傷で、所謂“内反捻挫”(内側に捻る)はこれを指します。足関節は構造上、底屈位(つま先立ちの状態)で非常に不安定で、主に前距腓靭帯がこれを支えます。

治療は保存療法が選択されることが多く、その理由は膝と異なり、テーピング・装具療法の効果が大きいからとされています。競技種目によっては多数回受傷例も少なくなく、回数とともに足関節不安定症に移行しやすくなるため、これを予防するため、手術(靭帯再建術)を行なうこともあります。