

足関節捻挫

病態



- ・捻挫とは、関節を支持している靱帯がいたむことです。
- ・足首の捻挫は、多くは足首を内側に捻っておこります。
- ・靱帯のいたむ程度によって、Ⅰ度は前距腓靱帯の部分損傷、Ⅱ度は前距腓靱帯の完全損傷、Ⅲ度は前距腓靱帯、踵腓靱帯の完全損傷と定義されています。

治療



- ・Ⅰ度とⅡ度ではRICE(Rest：安静、Ice：冷却、Compression：圧迫、Elevation：挙上)処置を行います。
- ・Ⅲ度の捻挫では2～3週間の固定や免荷をすることがあります。
- ・ほとんどの場合はバンテージやサポーター、ギプス固定などで治りますが、手術が必要なこともあります。