



【アキレス腱断裂】

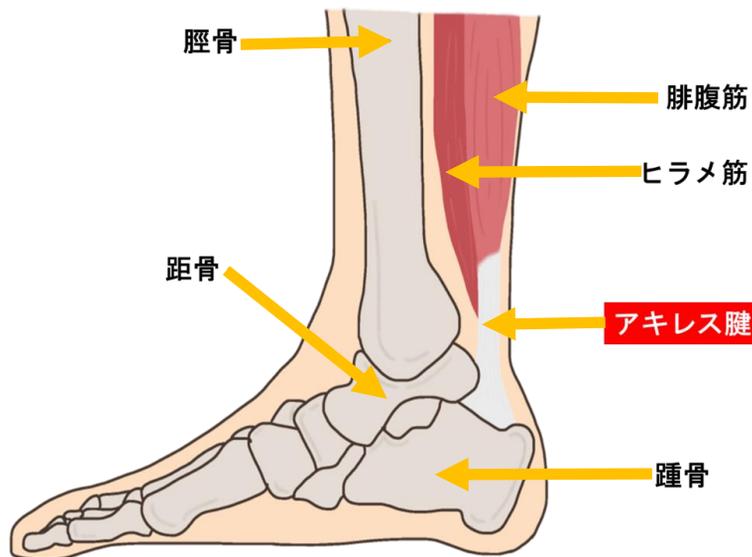
・ アキレス腱とは？

アキレス腱は下腿後方の腓腹筋、ヒラメ筋が合流し踵骨に付着した部分で、長さ約15cmの**人体の中で最大かつ最も強い腱**といわれています。

アキレス腱は歩行や疾走・跳躍などの運動の際、つま先を蹴り出す時に踵を持ち上げたり、着地する足つま先を地面に踏み込ませるなど重要な機能を果たしています。しかし、力をこめて踏ん張るなど瞬間的に大きな負荷がかかると、炎症やアキレス腱断裂などの外傷を起こすことがあります。そのため、運動の前には丹念にアキレス腱を伸ばすストレッチが推奨されています。

また、人体の中で最大の腱であるにもかかわらず走行する血管が乏しく、一旦痛みが出ると難治性となりやすい特徴があります。

MRI画像



アキレス腱断裂の治療としては、ギプスによって足関節を底屈位で固定する保存治療と、腱縫合による手術療法があります。どちらも長所と短所があり、スポーツへの要望や全身状態等を加味して選択していきます。少なくともスポーツ復帰には半年程度は時間を要します。