

私の不調 不具合

絶不調ではないけれど、
やっぱり気になる体の不調、不具合。
長年シニアの体と向き合ってきた、
辻先生が答えてくださいます。

文 小川由希子



辻 彼南雄

(医療法人社団互酬会
水道橋東口クリニック院長)

つじかなお◎北海道大学医学部
卒業。一般社団法人ライフケア
システム代表理事。東京大学医
学部非常勤講師（老年病学）。
専門は内科、老年内科。本誌顧問。

足の内くるぶしの痛み

原因は「年のせい」!?

Uさん(70代・女性)

内くるぶしに痛みがあり、整形外科を受診。「加齢によるものだから、痛くても歩くように」と言われました。加齢によって、どこがどうなっ
て症状が出たのかの説明がなく、痛
みとどう付き合っていけばいいの
かわからず、困っています。

直接的な原因は 加齢ではない?!

辻先生

(以下、敬称略)

原因がよく

わからないまま痛みが続いている状況は、
とても心配ですよ。痛みがあるという
ことは、必ず、何かしらの原因があるは
ずですから、再度、整形外科を受診する
ことをおすすめします。

Uさん

(以下、敬称略)

加齢が原因

ではないということでしょうか?

辻 加齢が原因になっていたらとしても、
直接的な原因は別にあるでしょう。Uさ
んのおっしゃるとおり、残念ながら、医
師の説明不足だと思います。

U では、内くるぶしが痛くなる原因と
しては、どんなことが考えられますか?

辻 たとえば、捻挫や骨折で痛みが起こ
ることが多いですが、足の関節の軟骨が
すり減っておこる変形性足関節症が原因
になることがあります。

U 膝だけでなく、足首の軟骨もすり減
って痛くなるんですね。

辻 ほかにも加齢や捻挫によって、内く
るぶしの後ろにある足の筋膜が炎症や断
裂を起こし、内くるぶしが痛むことがあ
ります。ただし、これらはあくまでも可
能性のある病気の例なので、整形外科で
診察を受けて、原因を特定してください。

足の専門医を 受診するのがベスト

U 以前と同じ整形外科を受診するのが