

## 症例 3 膝の痛み

### 60代女性 左膝裏から下腿の痛み

立ち上がりや歩行開始時に左膝の痛みが生じたため、整形外科を受診したところ、変形性膝関節症と診断されヒアルロン酸の注射を数回受けました。その後、痛みは軽快しましたが、階段を下りる時の左膝うらの痛みと、足を返す時、すねの外側に痛みが出現し、それらの痛みはヒアルロン酸の注射でも取れませんでした。



## 診断・治療と解説

膝をかばう歩行によって生じた関連痛です。



ヒアルロン酸の注射によって軟骨由来の痛みは軽快しましたが、左膝を伸ばさないように歩いていたために、左膝うらにある膝窩筋が硬くなり、階段を下りる時に無理に伸ばされ痛みを生じました。さらに左膝をかばった歩きをしたため、すねにある腓骨筋にしこりを生じ、すねの外側から足首にかけての関連痛を生じていました。治療は、膝窩筋、腓骨筋それぞれにトリガーポイント注射を2回施行することで軽快しました。

