



### 【医学用語解説】

Runner's knee、文字通りランニングによる膝関節障害で、いくつにも分類されていますが、臨床上その中心は“腸脛靭帯炎”です。腸脛靭帯は大腿(太もも)の外側を縦走する強靭な靭帯(腱)で、これが大腿骨外顆に擦れて(friction)発症します。したがってO脚の人に多く発生します。長距離ランナーに多いことは間違いありませんが、バスケットボール、サッカー等でも発症します。

ほとんどが保存的に加療され、外側足底板装具療法も効果的です。