

機能解剖講座～膝の損傷とテスト～

今日はですね、
膝の損傷についてお話していきます。

怪我はつきものだよって、
昔はよく言われていたものですが、
本当につきものなのかな？

私は昔から疑問に思っていました。
なるべくして、なったんじゃないの？
っていうものの見方をしています。
(もちろん不慮の事故は除きますが)

私が見ていた中で、膝の靭帯損傷で
一番最少年齢は最少何歳だと思います？

小学校6年生なんです。
小学校6年生で靭帯損傷前十字やっちゃうの？
こう思いました。

これって怪我しちゃうだけじゃなくて、
器質的になんかあるんでしょと考えてみて、
そこを補強する戦略を指導なりすることで、
その損傷も予防できるんじゃないかと。

で、やはり、その子の体を観察していると、
あ、やっちゃうねっていう足をしているんですよ。

結論を言うと、関節の安定性がないんです。
関節の安定性を見る関節性弛緩テストなど、
複数ありますけど限りなく陽性なんですよ。

その反面、それを補うために大腿の筋肉とか
下腿の筋肉っていうのが筋肥大を起こして、
筋肉質な足をしている、けど関節の安定性がない...
というような足なんです。

ですから、怪我というのも必然なのか？
偶然なのか？っていうところから
スタートしてみる事が大事になってきます。

膝の安定性というところでは、
半月板損傷もあるんですけども、
膝の外側の支持機構が破綻している方が
PLS損傷っていうものになったりします。

ここが安定しないとどうなるか？
膝の腓骨が変位し、下腿が外旋しやすくなります。

外側支持機構の安定性で行うテストで、
ダイヤルテストという徒手検査があります。

これがなかなか見れる先生が、
実は少ないかなあなんて気がします。

膝の構造と機能のところでは、
アプレイトテストとかマックマレーテストとか
側方動揺性テストとか健全性を見ていく
いろんな徒手検査があります。

そういうのを駆使してあげることで、
安定の関節の安定性損傷度合いっていうのは
見ることが出来ます。

見ることでこの程度の損傷レベルだろう。
...とかっていうのを予測することが出来ます。

それらを行った結果、
外側支持機構が破綻してしまうと、
膝窩の痛みだったりとか回旋の安定性がない
膝のスクリーフォームが上手く使えなかったりします。

こういう外側支持機構の
PLS損傷というのがあります。

是非、膝の損傷をみる際の参考にしてみてください。
今日は膝の損傷についてのお話しでした