

今回は歩行時の股関節痛について
解説をしていきましょう。

股関節痛と言っても、特に前面部に関して
お話しをしていこうと思います。

歩行時に股関節前面の痛みを
訴える患者にどのような施術をされますか？

股関節前面となると
腸腰筋や大腿直筋をイメージしませんか？

これらの筋肉も非常に大事になります。

しかし、これらの筋に対して施術をおこなっても
症状が改善していかないケースもあるかと思います。

そういった時に見ていただきたい筋肉があるのですが
それは、意外と見落としがちな小殿筋になります。

では、小殿筋の機能と歩行時に
どのように、関わってくるのか考えてみましょう。

小殿筋の機能として、股関節の外転作用というのは
すぐに思いつくかと思います。

それ以外はというと、
小殿筋前部線維による股関節の屈曲作用で
関節包にしっかりと付着しているため
股関節の内旋作用にも関わってきます。

特に、この内旋作用が歩行時に
非常に重要となってくるんですね。

どういう事かと言いますと

例えば、右の小殿筋だとします。

右足を前に出したとします。

（この際には、前部線維の屈曲作用が働く）

そうすると、骨盤の右回旋が起こります。

そして、歩行をするためには

次に左足を前に出したいわけですね。

（骨盤の左回旋をしたい）

右足が前に出て地面と接地すると

小殿筋の内旋作用が働きます。

足が浮いている場合であれば

単に大腿の内旋になってしまうのですが、

歩行時となれば

大腿は地面に固定されていますので

骨盤の左回旋が起こるという事ですね。

そうすることで、左足が前に出る

といった流れになります。

ですので、

歩行時に小殿筋は

非常に大事になるのです。

しかし、小殿筋が固くなる等で

機能が低下してしまうと、

歩行時に反対側の足が出しにくくなってしまうたり

小殿筋は関節包にしっかりと付着しているため、

筋と関節包との滑走性が悪くなることで、

痛みを誘発してしまう。

ということも考えられますよね。

ですので、歩行時に股関節に痛みを訴える
患者さんに対して、小殿筋をみていなかった場合は、

ぜひ、小殿筋のことを頭に入れて
施術に当たられてみてください。