

鷺足炎

鷺足は、大腿内側の筋肉から下腿骨内側に付着する3本の腱の総称です。鷺鳥（がちょう）の足のような形をしているため鷺足と呼ばれています。この部分には、滑液包があり、スポーツなどで炎症を起こして痛みを生じます。また、高齢者の変形性膝関節症でも鷺足炎を併発することがしばしばあります。歩行時、階段の上り下りや、走ったときに痛みを生じます。治療は、安静にして消炎鎮痛剤の内服や外用剤を使用しますが、効果がなければステロイドの局所注射も効果的です。