

足関節捻挫のガイドラインを読むための重要用語・略語

CQ1：足関節捻挫手術後の患者に対して、理学療法は推奨されるか。

足関節捻挫グレード：損傷程度により以下に分類される。Grade I：靱帯の過伸展状態で腫脹や痛みは軽度であり、機能的障害や機械的不安定性がないもの。Grade II：靱帯の部分断裂で中等度の腫れと痛みがあり、圧痛を伴うもの。Grade III：靱帯の完全断裂で著明な腫脹と疼痛や圧痛があり、機能障害や機械的不安定性があるもの。

CQ5：足関節可動域低下がある足関節内反捻挫の患者に対して、理学療法と関節モビライゼーションの併用は推奨されるか。

関節モビライゼーションのグレード：関節モビライゼーションのグレードで一般的に用いられるMaitlandによるGrade1、2は、抵抗感のない可動域の範囲で、Grade3、4は抵抗感のある可動域の範囲で行う関節並進運動を徒手で行う。Grade3は大きな振幅で、Grade4は小さい振幅で実施する。

FADI：Foot and Ankle Disability Indexの略であり、26項目（疼痛4項目、活動22項目）の質問から構成され、これに加えてSport FADI(8項目)がある。

CQ6：慢性足関節不安定症に対して、理学療法は推奨されるか。

FAAM：Foot and Ankle Ability Measureの略。患者立脚評価法であり、患者自身がチェックリスト形式のアンケートに回答して点数化する。歩行や階段昇降に関する15項目の運動機能評価、日常生活に関する6項目の活動評価、走行や跳躍などスポーツ動作に関する7項目のパフォーマンスについて、0点から4点の5段階で評価する。

FAAOS：Foot and Ankle Outcome Scoreの略。疼痛は9項目、症状は7項目、日常生活機能は17項目、スポーツ活動については余暇活動が5項目、生活の質が4項目で構成される。満点は100となる。

SEBT：Star Excursion Balance Testの略。スポーツ活動時の下肢傷害リスクを軽減するために開発された動的バランス能力と足関節不安定性を評価する試験。まず、Star（星）の形状のように床に8方向のラインを引き、その中央に足部が位置するように立つ。次にバランスを維持しながら設定された8方向の線に合わせて他方の下肢をできるだけ遠くへ移動させる課題を行い、各々の方向の到達距離を測定する。

CAIT：Cumberland Ankle Instability Toolの略。足関節に限定された患者立脚評価法であり、運動時の疼痛と不安定性、さらに不安定後の回復日数に関する9項目を採点する。満点は30である。

WBDF：Weight Bearing for Dorsiflexionの略。測定下肢を前方へ一歩振り出し、膝関節を屈曲させながら荷重して足関節最大背屈角度を測定する方法。非荷重時よりも大きい足関節背屈可動域が測定される。

SEBT：Star Excursion Balance Testの略。下肢のリーチ運動を用いた動的バランスを評価する方法で、中心から8方向にリーチさせた足先の距離を計測する評価方法である。

NRS：Numerical Rating Scaleの略。0（疼痛なし）から10（耐えられない最大の痛み）の11段階とし、主観的疼痛強度（数字）を回答する。

Red flag：将来の深刻な病理変化が示唆され、早急に医学的治療を必要とするもの。重度外傷、発熱、腫瘍、感染、糖尿病、脱臼が含まれる。

Ottawa Ankle Rules：急性期足関節捻挫のレントゲン画像による診断基準。