

## 空凹足

By Dr. Chun-Shun Pai

空凹足即為足部有不正常的外旋動作，而使足部內側腳弓看起來特別明顯，因此而得名。空凹足的特徵是足部的活動度較小，且有不正常的外旋動作，站立時腳部著力點較著重在偏外側，跟骨向內傾斜，使腳與地面的接觸面積變小，壓力集中於腳底後跟及前腳掌，因而造成壓力的分部不均。赤腳走路時，則可明顯聽見腳底撞擊地面的聲音。

造成空凹足的原因，多為先天性骨骼排列異常，亦可能因後天性神經性病變所造成。由於空凹足有不正常的外旋動作，因此較缺乏正常該有的吸震能力，使足部承受相當大的壓力。故常有病人抱怨，腳跟疼痛與前腳掌疼痛。其伴隨的問題包括足底筋膜炎、肌腱炎、蹠骨炎、小腿外側疼痛、和膝關節疼痛。

治療原則為改善足部不正常壓力的分佈。穿著曲榷，硬護跟和有吸震材質的鞋底設計，幫助緩衝壓力，以減輕後跟及前腳掌不正常壓力的分佈。發炎疼痛的症狀可經由適當的藥物或物理治療，如超音波或雷射等加以改善。不正常外旋動作程度較嚴重者，則建議使用一雙特殊鞋墊以控制不正常動作。