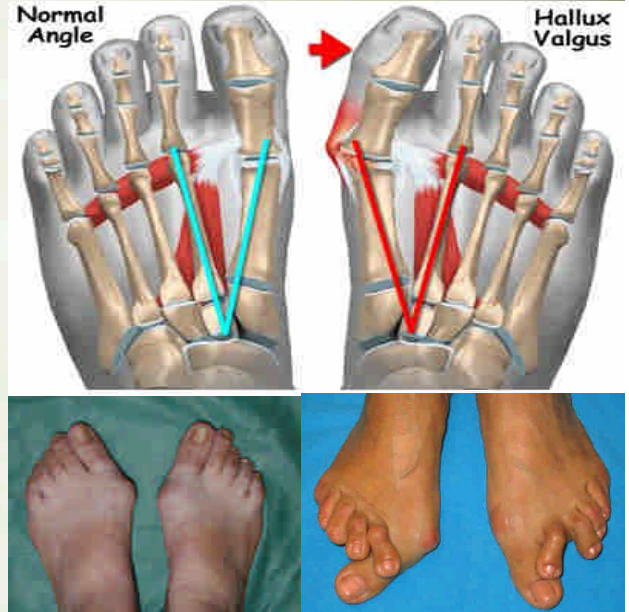


大腳趾外翻

大腳趾外翻是指大腳趾與第一腳掌骨關節向外過度彎曲。人體正常蹠趾關節外翻的角度約為十五度以內，而過大的外翻角度就會導致第一蹠骨的頭部內側鼓起來像骨瘤一般且疼痛劇烈(左下圖)此外，若長久未處理，第二腳趾常會受到大腳趾的向外推擠而發生騎在大腳趾上面，更嚴重者甚至造成第二掌趾關節脫臼(右下圖)。在門診常常聽到病人抱怨因第一蹠骨頭部隆起處的麻痺、刺痛、紅腫、與局部皮膚刺激，甚至表皮潰瘍，造成穿鞋子的困難及行走不便。穿鞋時會使疼痛變得更厲害，症狀的發生是緩慢的不會一下子就發生或突然好轉，但也因此造成治療時機的延誤。



大腳趾外翻的原因

造成的因素可分內外兩類。

內在因素：膠原疾病、神經肌肉疾患、第一蹠骨楔狀骨間過度活動、扁平足、第一腳掌關節面先天性朝外等。

外在因素：鞋尖收緊腳趾的機械性力量如穿著不合腳鞋子時。尤其是現今流行的尖頭鞋經常穿著狹窄、尖頭又高跟的鞋子將加速大腳趾外翻的產生。

預防與治療

對初期拇趾外翻的治療是改穿合腳的鞋子。最好鞋子的前足部(腳盤)要寬一些，鞋跟要低一些，不要對腳趾造成長期壓迫。物理治療、護木或支架通常幫助不大，但可考慮用腳弓內側的特製軟墊來支撐(右圖)。



術前

術後

保守治療無效或角度彎曲過大，應考慮手術治療。手術的方法很多，效果也十分不錯，有軟組織的放鬆與重建，有切骨矯正，也有合併軟組織及骨矯正來加以治療。骨科醫師會根據病患疼痛的部位、畸形的程度等等來考量及選擇。手術時間約1至2小時，住院約一星期以內，手術治療之後約六星期可恢復正常的走路，疼痛的症狀術後會消失腳趾與蹠骨的變形也可以矯正過來(左圖)，之後穿鞋子也不再會發生困難了。至於，手術的併發症如蹠趾關節活動度變差、再度復發、過度矯正而使拇趾內翻、第一蹠骨頭部骨壞死等隨著現今技術的進步也漸少，但在角度過大及已發生第二掌趾關節脫臼的病人因身體結構以產生一定的破壞故較容易有併發症的發生。

嘉義長庚醫院骨科部

