

## BMZ インソール紹介

### 医療関係者 -002-



紹介者：金子 翔拓

職 種：作業療法士、認定作業療法士、国際マッケンジー協会認定セラピスト

学 歴：札幌医科大学保健医療学研究科博士課程前期（作業療法学修士）

職 歴：医療法人徳洲会、札幌東徳洲会病院、医療法人社団 篠路整形外科（事務長 兼 リハビリテーション室長）を経て、北海道文教大学人間科学部作業療学科 講師

所属学会：日本作業療法士協会、日本ハンドセラピィ学会、日本運動器科学会、北海道ハンドセラピィ研究会（研究会幹事）、北海道整形災害外科学会

BMZ インソールはスポーツ選手のパフォーマンスを向上させるだけではなく、一般の方のバランス能力の向上や改善、それに伴う転倒予防にも有効であると思います。

現在、足底筋膜炎の患者様を対象にBMZ インソールの効果を検証しておりますが、長年続いていた足底部痛や踵部痛が軽減し、歩行時や走行時の疼痛が軽減するという経験が得られてきております。足底筋膜炎では、下腿三頭筋の柔軟性が低下し、踵骨が後方に引かれることで足底筋膜へストレスがかかり、また同時に足のアーチが崩れていくことでさらに足底筋膜へのストレスが増大すると考えられていますが、BMZ インソールを使用することで、外側縦アーチを修正し足底筋膜へのストレスを軽減させていくものと考えられます。また外側縦アーチを修正することで後方に引かれていた踵骨の位置をも修正することが可能となるものと考えられます。

ひとの身体は常に姿勢の影響を受け、頸椎や腰椎の疾患は異常姿勢（円背・猫背など）に伴い発症リスクを高めていきますが、BMZ インソールにはこの異常姿勢の修正にも効果的である可能性が考えられます。私がBMZ インソールを装着した印象は、骨盤が前傾し脊椎の前弯が強調されるといったものでした。このことは今後検証していく必要があると思っておりますが、腰椎椎間板ヘルニアなど腰椎疾患が、腰椎後弯が発症要因のひとつであると考えられておりますので、BMZ インソールにより姿勢の修正が可能であると、腰痛などの予防にもつながると思われれます。