

図4-1
D-Point 1
内側距骨下関節部
(三角靭帯、載距突起上部)

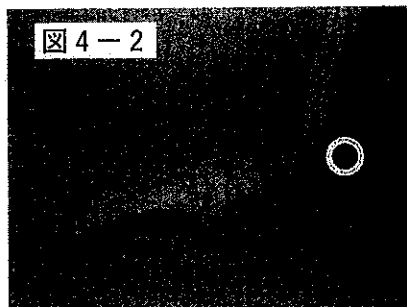


図4-2
D-Point 2
内果後方 (屈筋支帯)

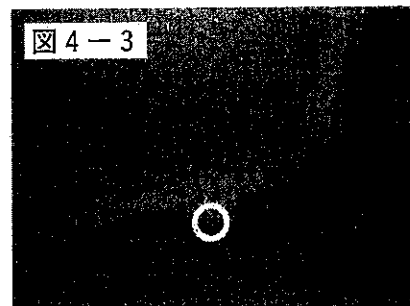


図4-3
D-Point 3
第1中足骨と内側楔状骨、
母趾外転筋でつくられる間隙
(長腓骨筋、前脛骨筋停止部)

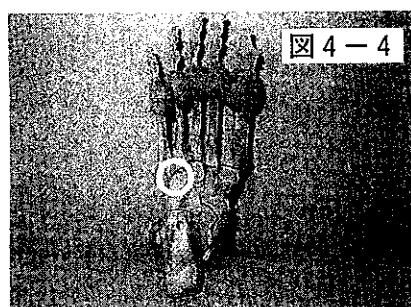


図4-4
D-Point 3'
足底部、第5中足骨内側
(小趾外転筋筋腹)

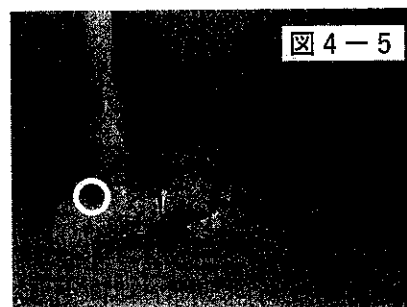


図4-5
逆D-Point
外果後下方 (外側距骨下関節)

図4 D-Point
(文献10より改変引用)

らかの問題により運動軸の変位が起こった場合、筆者はあらかじめD-Pointを用いて運動軸を正常な位置に戻し、そのあとにストレッチングを実施するようにしている。

D-Point¹⁰⁾とは大工谷が考案した足関節の運動軸が異常となっている場合に、その原因が存在する場所のことで、現在5か所ある。一つめはD-Point 1で内側距骨下関節部(三角靭帯、載距突起上部)、二つめはD-Point 2で内果後方(屈筋支帯)、三つめはD-Point 3で第1中足骨と内側楔状骨、母趾外転筋でつくられる間隙(長腓骨筋、前脛骨筋停止部)、四つめはD-Point 3'で足底部、第5中足骨内側(小趾外転筋筋腹)、五つめは逆D-Pointで外果後

下方(外側距骨下関節)である(図4)。

これらの部位が硬い状態になっていると、背屈時に距骨内側の滑り込みが減少し運動軸は前上方に変位してしまう¹¹⁾。D-Point 1が硬いと、背屈の中間域からの運動軸の変位が起こる。D-Point 2が硬いと、背屈の初期から運動軸の変位が起こる。D-Point 3やD-Point 3'が硬いと、三日月様足部(boomerang foot)がみられ、横アーチの拳上や小趾側支持、長腓骨筋優位な運動などがみられる。逆D-Pointが硬いと、背屈の初期から運動軸が変位する。また背屈軸が変位することによって背屈可動域は低下しやすいため、足関節・足部はtoe outを呈しやすくなり、間接的に重篤な膝の靭帯損傷