

《はじめに》

現代社会では、足の形の異常な変化がある。それは扁平足や外反母趾といったものである。これらの足の変化は、過去から現在までの歴史的背景の変化、生活の変化、履物の変化といったさまざまな環境因子から引き起こされていることが多いと考えられる。私たちは履物をはくことによって足が退化しているという仮説を立てて検証を行った。

《研究目的》

総合的な足の変化を知るためには、足の骨格の理解、その他の生物との違いを知り、直立二足歩行の起源という歴史、靴を履くに至った生活背景の変化を知ることである。

また、欧米では病院に足科が存在し、看護師を目指す私たちが足の変化について学ぶことは有用だと考える。さらに、今後関わる病院患者や医療・保健・福祉制度の利用者には変形足の罹患患者も多いと考えられ、その方々の援助や看護を考える上でも変形足の機序を知ることが重要だと考える。《用語の定義》

退化とは、足の変形が起こることによって正常歩行ができなくなること。(正常歩行とは、あおりを利かせた歩きかたのこと)

《研究方法》

本研究のキーワードである「直立二足歩行」を京都大学霊長類研究所による論文、「外反母趾」の年次推移を厚生労働省傷病分類別患者調査および日本整形外科学会外反母趾ガイドライン、「正常歩行」については人類学者である近藤四郎氏の文献を中心に、足が退化しているという仮説が証明されるかどうかを組み立てていく。

《倫理的配慮》

今回使用したアイデアや論文の盗用は行わない

参考文献を吟味し謙虚な姿勢で挑む

《結果》

猿人類と比較すると、人間の足は足長に比べて足趾長が極端に短い。さらに第1中足骨が中心に寄り、第2中足骨と平行する

形になっている。また、足には3種類のアーチ構造があり、足の接地時の衝撃の緩和、次の一步を踏み出す動力として機能する。

外反母趾では後天性によるものが、昭和59年から平成26年で4倍、扁平足は7倍になっている。日本整形外科学会の外反母趾ガイドラインでは、後天性の因子は靴を履くこと以外に報告はない。さらに靴やヒールの先進国であるイギリスでは40歳以上の成人で28.4%が外反母趾を罹患している。また、足の変形による正常歩行の障害により足首の関節可動域が狭まる。

《考察》

人類の進化により、足は歩くということに特化した機能であることが考えられる。しかし、人間は靴を履くようになり、特に女性はハイヒールのような先が細く、足趾が圧迫する靴を履くようになったため、本来裸足で歩いていた時のような「足のあおり」を利かせた歩きができなくなったためにアーチ構造が崩れてきていることが考えられる。このようなアーチ構造の異常な変形が外反母趾や扁平足の罹患が増えている原因だと考える。このような足の異常な変形が人間本来の歩くという足の機能を脅かしている。

《結論》

人間の足は歩くためにあるが、靴を履くようになったことで外反母趾や扁平足という足の異常な変形のある人が増えた。これらの変形足が足関節に余分な負荷をかけている。足関節から上行し、下半身全体に負荷がかかり、足の歩く本来の機能に支障をきたしている。このことにより、転倒や疾患といったマイナス因子が増えることがわかった。よって私たちが定義した、履物を履くことによって足が退化しているという仮説が成り立つ。

《終わりに》

義足でスポーツをしたり、車椅子で生活しながらも積極的に人生を楽しんでいる人は大勢いる。私たちは今後看護師という立場でそのような人々と多く接する。その人々を前に足が弱ってきていることを一概に退化と言ってはいけないのかもしれない。