

足のトラブルは靴で治そう

ようこそ 足と靴の外来へ！

塩之谷 香 著

(塩之谷整形外科副院長、医学博士)

9月下旬発行 A5判 228頁 並製 税込1,470円(本体1,400円)

I SBN4-8058-4618-6 C2077

「なかなか合う靴がない」「どんな靴をはいても足が痛い」「外反母趾、扁平足、巻き爪、タコ、ウオノメをなんとかしたい」「変形や脚長差、装具のためにはける靴がない」とお悩みではありませんか？
どんな靴を選べばいいか、足と靴の専門医がお答えします！



ドイツの子ども靴屋さん



各人の足に合わせ調整できる中敷き入り既製靴

目次

はじめに

- 1章 間違っていますか？ あなたの靴選び
 - 1 間違いだらけ!? 「靴選びの常識」
 - 2 足は一人ひとり違うのに…制靴、安全靴
 - 3 それでもはきますか…ミュール
 - 4 どんな靴を選べばいいの？
 - 5 いざ！ 靴屋さんへ
 - 6 子どもの靴の選び方
 - 7 高齢者の靴選び
- 2章 いろいろな足と靴のトラブル
 - 1 立っているのがつらい、疲れやすい…大人の扁平足
 - 2 「成長痛」ですませないで…子どもの扁平足
 - 3 かかたが痛い…ハイアーチ障害など
 - 4 足裏の指のつけ根が痛む…開張足
 - 5 母趾のつけ根が出っ張ってきた…外反母趾
 - 6 母趾のつけ根が痛い…痛風など
 - 7 切らなくても治る…陥入爪、巻き爪
- 3章 靴医学先進国ドイツと整形靴マイスター
 - 1 ドイツ靴との出会い
 - 2 ドイツの整形靴に惹かれて
 - 3 ドイツの整形靴マイスター
- 4章 病気や障害がある人のために
 - 1 私の病院で行っている靴外来
 - 2 膝が痛い人の足と靴
 - 3 関節リウマチの人の足と靴
 - 4 糖尿病の人の足と靴
 - 5 麻痺がある人の足と装具、靴
 - 6 脚長差がある人の足と装具、靴
 - 7 足や足の指に変形や欠損がある人の装具と靴
 - 8 整形外科靴と装具
- 5章 足と靴の相談室 (Q & A)

資料 (医師、靴店、ホームページなど)
おわりに
著者紹介