題名	捻挫の重症度目安	項目	

ナンバー	問題	解答
1	軽症（I度）	① 外側靭帯上に圧痛がある
		② 背屈と底屈の制限はなく、痛みもない
		③ 踵部に異常な内転力を加えると外方の痛みが起こる
2	中等症（II度）	① 普通の動きですら非常に痛む。機能障害がかなり大きい。
		② 足関節や足がびまん性に腫脹する
3	重症（III度）	① 直後より著明な機能障害
		② 腫れはびまん性で程度が強い
		③ 足関節はどの方向に動かしても、強い痛みが起こる
		④ 異常な可動性が証明される
		腫脹してくると、中等症以上と
		考えるべき。