

腱鞘炎 手根管症候群

は神経の病気じゃないの？

整形外科
岩部 昌平

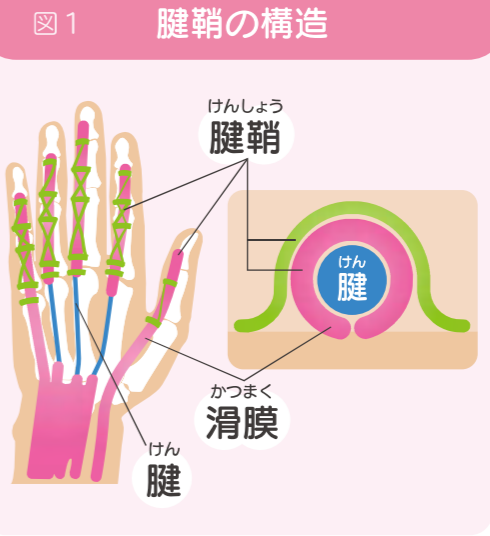


図1 腱鞘の構造

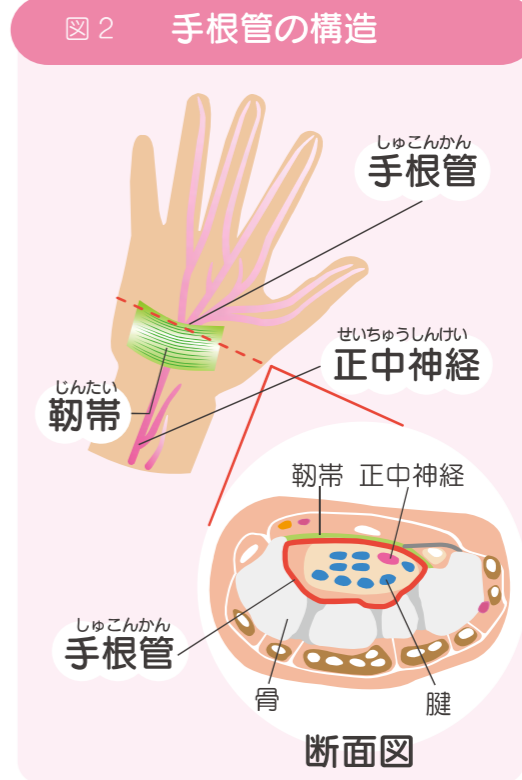


図2 手根管の構造

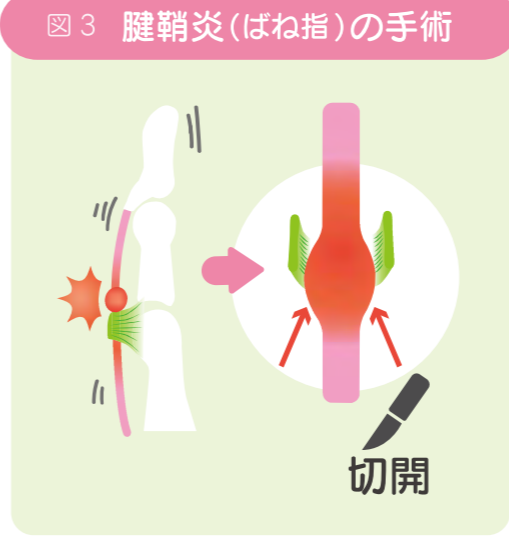


図3 腱鞘炎（ばね指）の手術



図4 手根管症候群の手術

手の痛みが生じる二大病変が、腱鞘炎と手根管症候群です。全然違う症状ですが両者とも指を曲げる時に「腱」が通るトンネルで傷害が起こります。指の所のトンネルが「腱鞘」(図1)で、手首の所のトンネルが「手根管」(図2)です。手根管には小指以外の指先に行く神経「正中神経」も通っています。腱の表面はすべすべの膜、「滑膜」で被われています。この滑膜が何らかの原因で腫れると症状が現れます。

どんな人に起るの？

腱鞘炎も手根管症候群も同じような人に、同じような条件で発症します。妊娠出産期や更年期の女性によく起ります。女性ホルモンが乱れることが関係しています。「朝起きたときに症状が強く、日中手を動かすと緩和する」のが特徴です。手を使い過ぎている人にも起ります。「使い過ぎると症状が現れて、休むと緩和する」のが特徴です。組織が硬く弱くなる高齢者が

でも起ります。「めっへ」の進行して、気付いたら重症になってしまうのが特徴です。

特殊な状態としては、人工透析を受けている人や糖尿病患者さんでも起りますが、これは腱や神経自体に特殊な病変が起るため治りにくいのが特徴です。手根管症候群は、手首の骨折後に起ることがありますが、骨折の変形がひどくなければ一時的な症状で終わります。

腱鞘炎の症状と治療

軽症では「こわばり」「痛み」「重症になると、腱こぶができ、腱鞘に引っ掛かってカクンと跳ねる症状」「ばね指」と進展します。さらに進行すると指が伸ばせなくなります。

原因によって治療が変わります。使い過ぎが原因の時には、まずは安静です。原因となっている動きを控えることが肝心です。更年期の症状は、炎症をおさえるステロイド注射がよく効きます。しかし、ばね指を繰り返す場合には手術が必要です。高齢者では、注射は一時的にしか効かず、手術になることが多いです。

手術は局所麻酔で15分程度で済み、入院の必要はありません。手のひらに1.5cm程の切開をして、腱鞘の一部を切開します。引っ掛かりが取れると炎症は軽減し痛みも取れます。(図3)

手根管症候群の症状と治療

軽症では「こわばり」だけです。正中神経が圧迫されると親指から薬指までの「しびれ」や「痛み」が現れます。重症になると親指の付け根の筋肉が麻痺し、細かいものをつまむことができなくなります。

治療は、使い過ぎの時にはまずは安静です。装具固定は夜間だけでも有効です。更年期の症状は、ステロイド注射がよく効きますが、繰り返す場合には手術が必要です。高齢者では注射は一時的にしか効かず、手術になることが多いです。

手術は局所麻酔で20分程度で、入院の必要はありません。手のひらに3cmほどの切開をして、手根管の靭帯を切開し、正中神経を解放します。(図4)

作業療法士による手の治療

手の機能障害の回復には、負担にならないように適切に動かす練習が大切です。うまくできない人には、動かし方を指導する専門のスタッフの援助が必要です。当院整形外科外来には、作業療法士が常駐しています。運動の指導や装具の作成をその場で行うことができます。

Check!

整形外科と形成外科の違い

整形外科では、骨、関節、脊椎など身体を動かす組織を扱い主に「機能」の傷害に対して治療を行います。

形成外科は皮膚など体表近くにある組織を扱い主に「形や色」の傷害に対して治療を行います。具体的には顔の傷や顔の骨折の治療、傷あとやあざの治療、乳がん手術後の乳房再建などを行っています。機能と同時に「形が大事な手」の治療は整形外科と重なる分野です。

「美容整形」と呼ばれている美容外科は形成外科の特殊な一部門です。

このドクターに
聞きました!

整形外科 主任診療科長
人工関節センター長

岩部 昌平 医師

いわぶ・しょうへい
1964年 香川県生まれ。
2014年 当院の整形外科に勤務。
2015年 主任診療科長に就任。
普段の診療では患者さんのニーズをくみ取れることを心がけているので、趣味はバスケットボール。

