

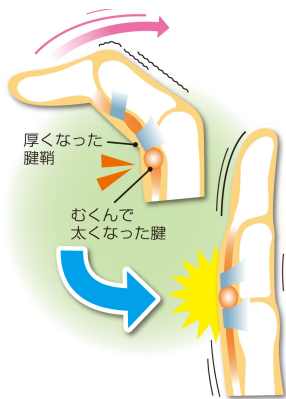


横浜さかえ内科通信

ばね指とは

腱は体のさまざまな場所
にあり、体の部位がスムーズに動くよう筋肉や骨と連携しています。腱鞘炎は腱のある場所で起こる炎症です。特に手の指を曲げる腱（屈筋腱）に最も多くみられます。腱は、手の指を曲げ伸ばしする時、腱のトンネル（腱鞘）の中を屈筋腱が行ったり来たりします。指の付け根付近では、腱と腱鞘の間に摩擦力がかかりやすく、炎症が生じやすいところがあります。その部分で炎症が起きたものが腱鞘炎です。進行すると腱がむくんで太くなり、腱鞘が厚くなるので手の指がスムーズに動かしづらくなりま

す。指を動かすときに引っかかりが生じるようになる。ばね指と呼ばれる現象が起こります(図)。ばね指になると指の付け根に痛み、腫れ、熱っぽさが生じます。これらの症状は起床時に多く、日中手を使っていると軽くなることもありますが、進むと指が動かなくなることもあります。



(図) ばね指現象

ばね指の起こりやすい人

女性ホルモンの変化と関

係があるので、更年期や妊娠周産期の女性、パソコンの操作などで手を使いすぎたり、手をよく使う仕事をしたりする人に多く見られます。起こりやすいのは主に親指、中指で、次いで薬指、小指、人差し指の順です。ばね指の診断指の付け根に腫脹や圧痛があり、ばね指の現象があれば診断は容易です。糖尿病、リウマチ、透析患者さんでは、多発性に生じます。

ばね指の治療

保存的療法としては、局所の安静（シーネ固定も含む）や投薬、腱鞘内ステロイド注射などがあります。この注射は有効で、おおむね3カ月以上は無症状なこ

とが多いですが、再発することも少なくありません。改善しないときや再発を繰り返す場合は、腱鞘の鞘を開く手術（腱鞘切開）を行います。切開するのは腱鞘の一部だけです。小さな傷で済みます。手はちよつとした機能障害でもその方の人生を大きく変えてしまうことが少なくありません。当院では手の問題は、手の専門の整形外科を紹介するようにしています。お困りの方はお気軽にご相談ください。

横浜さかえ内科

診療時間 月火水木金土日祝

9:00~13:00 ●●●●/●○/

15:00~19:00 ●●●●/●/

受付開始・終了は15分前 ○土曜日は9:00~14:00

JR本郷台駅徒歩3分

栄区小宮ケ谷1丁目15-2 長嶋本郷台マンション2F

TEL.045-897-5515