

やえせ整形外科 院長 新井 弘一



あらい・こういち
1990年弘前大学医学部
卒業。2013年やえせ整形外科を
開院。医学博士、整形
外科専門医、運動器リハビリ
テーション医。

Q.

半年前から右手の親指と中指の関節が折れ曲がった状態で、痛みもあります。動かすと痛いので、指を伸ばすのが困難です。病院で「ばね指」と診断され、なるべく指を使わないように言われましたが、なかなか治りません。どんな病気なのか、また改善方法や治療法を教えてください。

(那覇市・女性・78歳)

「ばね指」と診断 改善法は？

A. ストレッチで改善 進行すれば手術も

半年前から指の関節が折れ曲がった状態で痛みが治らないとのこと質問です。病院で診断された「ばね指」とはどんな病気なのでしょう。

指を曲げるためには屈筋腱

(くつきんけん)が腱鞘(けんしょう)というトンネルの中をスライドして指を引っ張る仕組みになっています。この屈筋腱が炎症を起こして腫れ上がると、トンネルの中をうまくスライドできないために指が曲がらなくなります。無理に曲げようとすると腱がトンネルに引っかかって「パチッ」という「ばね」に弾かれたような痛みが生じる(弾発現象(だんぱつげんしょう)ため、「ばね指」という名前で呼ばれています。

40代以降の女性に多く、親指や中指に多く発症すること

が知られています。まれに妊娠・出産期の女性や生後3カ月〜5歳前後の小児にも発症することがあります。

炎症を起こす原因としては長時間の手作業やタイピング、ホルモンの影響が考えられますが、詳しいことはよく分かりません。

初期の場合は温浴マッサージ、ストレッチを行います。ばね指専用のストレッチ方法がありますので、ぜひ病院で指導を受けてください。

炎症が進行すると指の弾発現象やむくみ、関節の拘縮(こうしゆく)指が曲がりづらい、伸ばしにくい)など、ご質問にあるような症状が出現します。

この段階になると、ストレッチ

での改善は期待できないのでステロイドという抗炎症作用のある薬剤を用いたブロック注射を行います。1回のブロック注射でおおむね3〜6カ月間は効果があるようです。しかし特に手をよく使う職業の方は再発することがあり、再発を繰り返す場合や、日常生活に支障を来すような場合には、手術を検討されるべきと思います。

手術の目的は腱がスライドしても引っかからなくなるように腱鞘を切開することです。再発はほとんど報告がありません。最近では小さな切開で手術する方法も行われていますので、ぜひお近くの整形外科で相談してください。

(第5週に掲載)