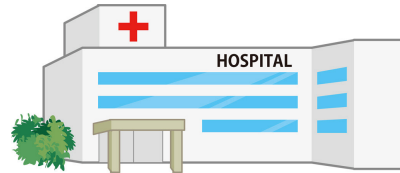


リウマチ通信

Vol. 23

平成 29 年 1 月号

ばね指とは？



手仕事をたくさんした後に、指の曲げ伸ばしで引っ掛かりを感じることはありませんか？さらに数日経つと引っ掛かりを感じた指の第 3 関節（正しくはMP関節）の掌側に痛みを感じたことはありませんか？そのままどんどん手仕事を続けていると今度はカクンカクンと曲げ伸ばしで指が撥ねるようになったことはありませんか？カクンとするときに痛みが有ったことはありませんか？実は、結構な方が経験されているようです。このような指の状態は、指がバネのようにカクンと撥ねることから「ばね指」と呼ばれます。

従来より継続して行ってきた手仕事で、今まで何の問題も無かったにも関わらずこのような「ばね指」になってくるのはどういう理由でしょうか？

ホルモンが関与しているといわれています。特に女性では顕著で、産褥期に女性、中年から壮年期の女性に多く発症します。男性でも、壮年期に時々見受けられます。そのほかには、関節のリウマチの患者さんにも比較的よく見られる症状です。

ばね指の原因は指を曲げる腱（屈筋腱）が通るトンネル部分（腱鞘という）の肥厚により、トンネルの広さが狭くなり、その結果として屈筋腱がトンネル（腱鞘）部位で摩擦を起こし、腱鞘トンネルの指先側に出口あたりで屈筋腱が腫れて太くなります。この太くなった腱の部分が狭くなったトンネルを通るとき、カクンと衝撃を感じ、時にはこのときに強い痛みを伴うこともあります。

指の屈伸でカクンと痛みを伴うようになると、痛みを嫌って指を動かさなくなり、やがて指屈曲拘縮を生じてきます。放置すると指の曲げ伸ばしが不能となり、関節も固まって完全に動かなくなります。

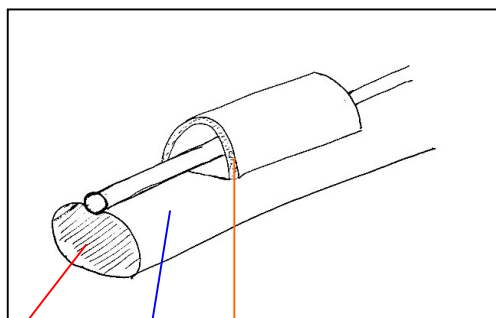
ばね指の治療は、早めに行うことが大切です。繰り返し作業の手仕事を控えて屈筋腱と腱鞘の摩擦を減らしましょう。消炎鎮痛剤で、摩擦部分の炎症を鎮め、腱鞘の肥厚を防ぎ、屈筋腱の肥厚を予防します。

消炎鎮痛剤の効果が乏しいときは、ステロイド剤の注射を腱鞘に行います（腱鞘内注射）。それでも効果が無いときは、手術します。局所麻酔で外来手術が可能で、手術時間は15分程度です。

もし、既に指関節の拘縮が生じているのであれば、手術で狭くなった腱鞘のトンネルを広げ、太くなった腱がスルッと通過できる状態にしても、関節拘縮が残っているので、曲げ伸ばしに制限が残ってしまいます。手指の動きを元通りにするリハビリには痛みと時間がかかります。

思い当たる患者さんは、担当医師に相談してはいかがでしょうか？

正常

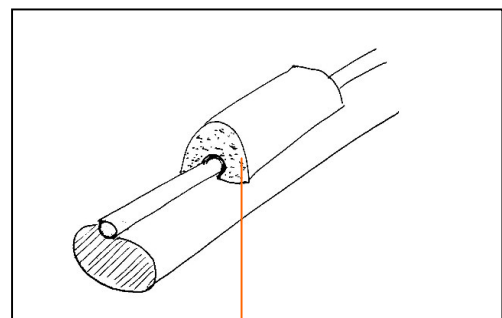


屈筋腱

骨

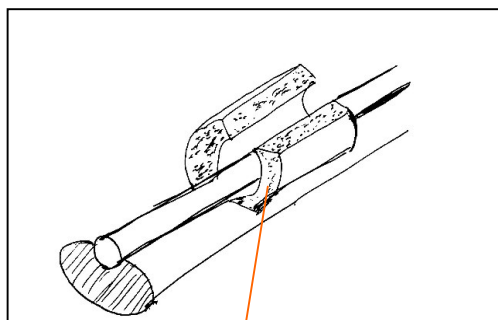
腱鞘：正常で屈筋腱と隙間あり

ばね指



腱鞘：肥厚して屈筋腱と隙間なし

ばね指手術後



腱鞘切開：屈筋腱と隙間ができる

(文責 医師 真多 俊博)