



指が曲がったまま伸びなくなったり、逆に伸ばそうとしたらカクンと急に伸びたりすることはありませんか？もしかしたら「バネ指」かもしれません。手指は腱により力が伝わり屈曲します。また腱には、腱鞘けんこうというトンネルがあります。腱が腱鞘で引っ掛かってしまつのがこの「バネ指」の原因です。

症状は、まず指の付け根あたりで腱の動きのスムーズさが無くなります。指の屈曲状態を戻そうとする際に、バネのようにカクッと動くさまが名前の由来です。さらに症状が進むと腱が引っ掛かったままになり、戻らなくなります。また局所に腫



清水 明

バネ指

脹ちやぶや熱感が伴うこともあります。親指から小指までの指にも起こりますが、特に母指が多く、中指や薬指がそれに続きます。手をよく使う人、更年期の女性、基礎疾患として糖尿病、人工透析を受けていると発症しやすいと言われています。

診断は痛みの部位やバネ現象で容易に分かり、通常、検査で異常が出ることはありません。治療は、局所の安静、ストレッチなどの運動療法、消炎鎮痛剤や外用剤を使用します。症状が強い場合は、腱鞘にステロイド注射を行います。それでも軽快しない場合は、腱鞘を切除する手術を行うこともあります。

気になる症状があれば、整形外科で相談してみましよう。

(北國ドクタークラブ会員、いしづろクリニック院長 金沢市)