

ばね指について

腱は腱鞘というトンネルを通ります。腱と腱鞘が擦れ合うと炎症を起こすことがあります。この状態が腱鞘炎です。腱鞘炎の状態が続くと、腱や腱鞘が肥厚し腱が動きづらくなり、痛みや引っ掛かりが出現します。ばね指とは指の屈筋腱にこのようなことが起こることです。

ばね指は、使いすぎが主な原因ですが、リウマチや糖尿病などの疾患が隠れていることもありますので、検査が必要なときもあります。

ばね指になると、指の付け根の部分に痛みが起こります。その部にしこりを触れたり押さえると痛みが起こったりします。指全体が腫れることもあります。進行すると指を動かすときに、引っかかるようになり、やがてはバネに弾かれたようになりまったく動かなくなったりします。

治療の第一は、指の安静です。使いすぎは避けなければなりません。次に、外用の消炎鎮痛剤の使用やレーザー照射などの物理療法を行います。痛みが強いときには、ステロイド剤の腱鞘内注射を行います。これらの治療が無効の場合には、手術（腱鞘切開術）が行われます。これは短時間に終わる簡単な手術です。

指がおかしいなと感じたら、なるべく早く整形外科医にご相談ください。