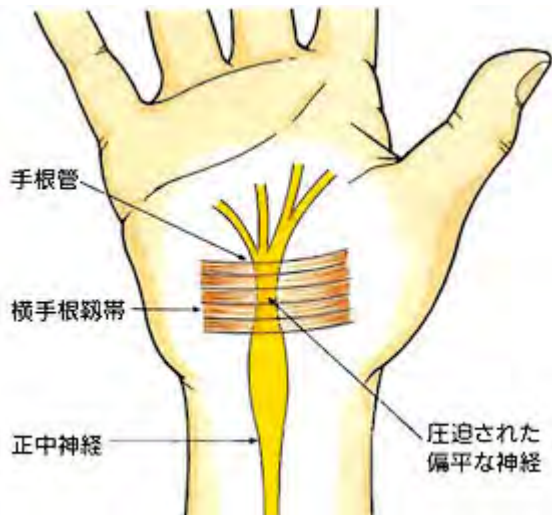


手根管症候群

手根管症候群は、手のしびれと親指の筋肉の萎縮が見られます。指を曲げる筋肉は、指ではなく前腕にあります。親指を除く4本の指の屈筋の腱は手首のところで束ねられて、小さな手根骨で出来たトンネルを通ります。手根横靭帯が肥厚した場合、正中神経が圧迫されて、手のしびれや親指の母指球筋の萎縮などの症状が起きます。



1) 主な症状

- ① 中年以降の女性で、親指から薬指半分までの手のひらのシビれることが多い。
- ② 夜中とくに明け方、手がしびれて目が覚める。手を振ると少し楽になって又眠れる。
- ③ 日中は、自転車に乗る、編み物をする、電車やバスの吊革につかまるといった動作でシビレが強くなります。

誘因として、1日中ワープロやタイプを打つ職場をはじめ、育児でおんぶやだっこを繰り返したり、高齢の女性が皿洗いや庭の草取りなどで手を使いすぎて発症する場合があります。妊娠や閉経期のホルモンバランスの変化も影響します。糖尿病の人にも多く見られます。

2) 診断法

手首に電気的な刺激を与えて、正中神経の伝導速度を測ります。手首での速度が遅ければ、手根管症候群です。他の末梢神経障害では、全体の速度が遅くなります。鑑別診断として、頸椎症では、頸椎やヘルニアにより首のところで神経が圧迫され同じような症状になることがあり、頸椎のMRIなどの検査が必要です。

3) 治療

軽い場合、手首をサポートなどで固定して安静にし、経過を見ます。また、症状に応じて、消炎鎮痛薬を飲んだり、血流改善薬を飲みます。それでも、シビレや痛みには耐えられない場合や、筋力が落ちた場合には手術になります。

4) 手術

整形外科、特に手の外科が専門です。圧迫している手根横靭帯を切って、障害を受けている神経を圧迫から解放します。