

# 手関節について

## はじめに

手関節とは一般的に手首とっている関節のことです。手関節の痛み、機能障害を起こす病気、病態、手関節のけがの中から頻度の高いものを選んで説明します。とくに明らかな原因はなく、手関節の痛みが発生したら関節リウマチ、手をよく使う中年の女性が手首の痛みが発生したら腱鞘炎（ドケルバン病）、手の母指（親指）、示指（人指し指）にしびれを感じたら手根管症候群、転倒して手をついてしまって腫れと痛みが出たら橈骨遠位端骨折という具合です。

## 関節リウマチとは？

とくに原因がなく、朝起きたときに手のこわばりが発生し、関節の痛みを伴います。この痛みは手の指と手首に多く、手を動かしていると治まります。しばらくすると（数ヶ月の経過で）関節が腫れてきます。関節の痛みは左右対称性で足指、肘、膝と全身に広がり、微熱などの全身症状を伴い、原因は不明です。日本人の有病率は平均0.3%とされており30代～50代に多く、男女比は1対3と女性に多くなっています。病気は良くなったり、悪くなったりを繰り返しながら徐々に進行しますが、現在の治療法はめざましく進歩しており、病気の進行を薬で抑えることができるようになってきました。安定した状態になることもめずらしくありません。

### <関節リウマチの診断の目安基準>

- ① 朝の関節のこわばりがある、1時間以上。
- ② 手指や足指の関節に痛みがある。
- ③ 対称性に関節に腫れを伴う痛みがある。
- ④ 血液検査でリウマチ因子が陽性となる。
- ⑤ 血液検査で炎症反応が陽性である。
- ⑥ レントゲン検査で特徴的变化がある。

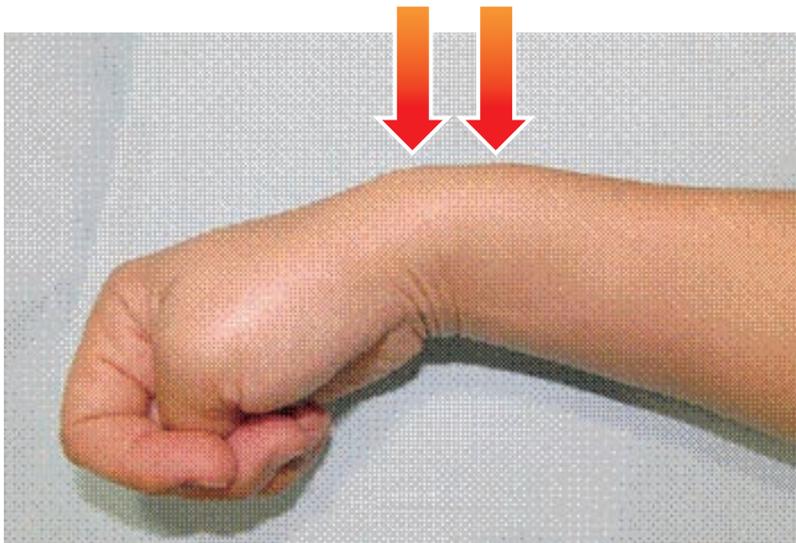


## ドケルバン病とは？

手をよく使う中年の女性、また出産後の女性に多く、手関節の母指側で骨の盛り上がった部分を橈骨茎状突起といいますがこの部分の痛みを訴えるものです。手をよく使うというのはそれほど認識できませんので自然に痛くなったという人も多いです。この部分には中に母指の筋を伸ばす腱が通っておりその腱がずれないようにおさえている腱鞘というものがあります。そこに炎症が起きて、結果狭くなって狭窄性腱鞘炎という状態になります。これをドケルバン病といいます。手の母指を中に握って手関節を小指側に屈曲（尺屈）すると痛みが誘発されます。

この症状で診断がつきます。治療は、まず湿布と安静で経過を見て、痛みが取れなければ狭窄した腱鞘にステロイドの注射を行います。

手関節尺屈時の痛み

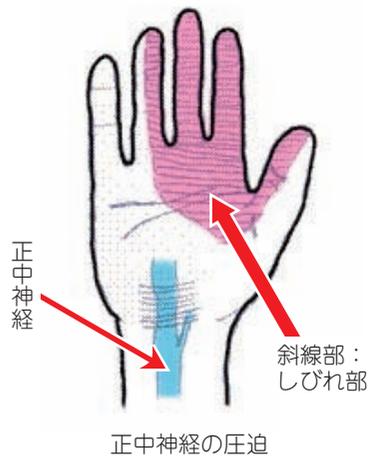


(写真：finkelstein test フィンケルステイン テスト)

## 手根管症候群とは？

中年の女性で朝方および目が覚めたときに、手の母指、示指、中指がじんじらしびれ、痛みを感じたら手根管症候群の可能性あります（図1）。手首の手のひら側の部分には中に屈筋腱と神経（正中神経）が通っており何らかの原因によりその神経が圧迫されると前記のような症状が出現します。男女比は1対9と女性に多く、出産期と閉経期に多くなっています。治療は安静とステロイドホルモン剤の局所注射で多くは改善しますが、改善しないで筋肉の萎縮を生じる場合は手術が必要となります。

図1 手根管症候群のしびれ領域

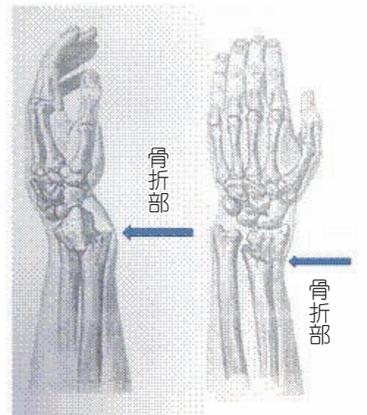


正中神経の圧迫

## 橈骨遠位端骨折とは？

高齢者が転倒して手のひらを下にして手をついてしまったとき、または手首を屈曲したままで手をついたとき、その手がポキッと音がして、痛みとともに手首が背側または掌側に変形して、しだいに腫れてきます。このような受傷機転の骨折を橈骨遠位端骨折といいます（図2）。

図2 橈骨遠位端骨折 背側転位型



CIBAコレクション

骨折は程度がいろいろありますが、見た目に変形している場合、徒手整復または手術が必要となります。この骨折は高齢者で骨が弱ってきたときに発生しやすくなります。骨粗鬆症のなり始めともいわれており、脊椎の圧迫骨折等の発生にも注意が必要です。バイク・自転車で転倒、走っていて転倒とかは、若い人でも発生します。このようなものは高エネルギー骨折といわれ、どの年代にも発生します。

(相模原市医師会 黒田 賢二)



## 休日・夜間の急病診療制度の利用

まず、かかりつけの医師に相談してください。かかりつけの医師が不在、近所の医療機関で診療が受けられない方は

☎042(756)9000  
相模原救急医療情報センターへ  
お電話してください。

平日	午前9時	午後1時	午後5時	午前9時
土曜日				
休日				

…電話受付時間

### 市民のみなさんへお願い

- ◇ 診療可能な医療機関を案内します。
- ◇ 医療相談・歯科案内は行なっておりません。
- ◇ 急病で困ったときに利用してください。
- ◇ 応急診療が目的ですので、翌日はかかりつけの医師または近所の医師の診察を必ず受けてください。
- ◇ 健康保険証を必ず提示してください。されない場合は自由診療扱いとなり、費用が高額になります。
- ◇ 救急車は、生命に危険が生じた患者さんを一刻も早く運ぶためのものです。安易な利用は避けてください。
- ◇ 歯科の急病については休日急患歯科診療所 ☎042(756)1501へ（ウェルネスさがみはら2階）
- ◇ 服用している薬がある場合は、お薬手帳もしくは処方された薬をお持ちください。