

ばね指（弾発指）

荻野整形外科クリニック

荻野 法之 先生

皆さんは日ごろ手の指を使っているとき、指が痛くなったり、指が動かしにくくなったといった経験をしたことはありませんか。当クリニックにも上記のような症状を訴えて受診される人がよくいますが、これはばね指という傷病によるものです。ばね指は別名弾発指とも呼ばれますが、この傷病について説明させていただきます。

まず手の指には、手背部に指を伸ばす伸筋腱、手掌部に指を曲げる屈筋腱という手の指を動かす上で重要な働きをするものがあります。この二つの腱のうち屈筋腱において、腱鞘というトンネルの部分が肥厚して内腔が狭くなり、腱の動きが障害されることによりばね指が発症します。この疾患は女性に多く発症し、原因としては指の使い過ぎが最も多く、その他関節リウマチ、ガングリオン、糖尿病、透析患者などにも発症することがあり、小児においては多くは1～2歳までに発症します。好発部位は、親指、中指、薬指、人さし指、小指の順で、一般に利き手側に多く発症します。症状は、指の中手指節関節（指の付け根）手のひら側の腫瘍や圧痛、指の運動時において円滑な動きが障害され、その際、指を無理に伸展あるいは屈曲をさせようとするすると軋音とともに突然運動が可能になる（弾発現象）、さらに悪化すると指の運動が不可能になり指を使う上で大きな障害となります。

この傷病に対しての治療は、原則としてまず局所の安静や固定、痛みや炎症を抑えるための軟膏や湿布、内服薬の使用、理学療法、腱鞘内への局所麻酔薬入りのステロイド剤の注射などの保存療法を試みます。なお、小児のばね指は半数以上が自然治癒し、6～7歳までは改善が期待できるといわれています。そして、保存療法で症状の改善をみない場合には、手術療法を行います。手術は肥厚している腱鞘を切離して腱の動きを改善させます。この手術自体は、ほとんどの症例で外来にて局所麻酔の使用のみで行われ、入院を必要とする場合は少なく、術後のガーゼ交換や消毒処置は外来通院で可能です。なお、術直後より指の指の曲げ伸ばしの運動をしっかりしないと指の動きが良くならないことがありますので、このことを踏まえて指をよく動かすように心掛けてください。

以上、ばね指について説明させていただきました。