

Q

デコピンをしてから中指が腫れ指を曲げると腱がずれて痛みます。



社会医療法人三車会
公式キャラクター
みくまくん

《回答者》

◆整形外科

貴志川リハビリ

テーション病院

手外科専門医・足の外科認定医

整形外科専門医

谷口 泰徳 副院長

A

デコピンは相手のおでこを中指で弾く動作の総称で

す。デコピンはお遊びの罰ゲームなどとして行われるようです。プロ野球の大谷翔平選手は愛犬に、このデコピンの名前をつけていますね。中指を内側に曲げ親指で中指を押さえ、中指に伸ばす力を強く込めたまま親指を離し、一気に中指を伸ばして相手のおでこを弾きます。このデコピンをしてから、指が腫れて曲げると腱がずれて痛みむ症状は、伸筋腱脱臼と呼ばれるケガです。伸筋腱脱臼は矢状索（しじょうさく）と呼ばれる腱を支えているスジが切れて、腱が横に脱臼して痛みます。

デコピンで物を弾くことが習慣になつている方もおられます。この伸筋腱脱臼以外のケガに、指で壁や机など固い物を弾いて指の第一関節で腱が切れ、指が伸びなくなることもあります。指のケガの予防のために、デコピンをするときは何回も繰り返すのはやめて、中指にあまり力を込めないで優しく弾くようにしましょう。伸筋腱脱臼の治療は装具による固定と手術があります。装具による固定は6週間必要です。手術は局所麻酔で切れた矢状索を縫合し、手術後4週間指を固定します。治療後ほとんど指に障害なく治ります。詳細は手外科専門医にお尋ねください。