

Q

年末に家事をたくさんしてから、
手首の少し上が腫れて痛みます。



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

家事仕事をたく
さんしてから、手首
の上に強い痛みが

起こる腱鞘炎に腱交差症候群
があります。親指を外に開く腱
と手首を上に戻らす腱同士が、
手首より少し上で交差してい
る所で炎症を起す腱鞘炎です。
症状は強い痛み、腫れ、熱感で
す。ギシ、ギシという音を感じ
ることもあります。昔は田植え
を人手で行っていたので、この
腱鞘炎が田植えの時期に大変
多かったそうです。地方によっ
ては、そら手(で)、そら腕(う
で)と呼ばれていました。今は
田植え機が普及しているため、
この病気はほとんどみられな
くなりました。

現在では短期間に集中して

手を酷使する人に多く、バイク
運転、タイプ動作、大工仕事、ピ
アノ演奏などが原因になりま
す。スポーツでは手首を返す動
作の多いテニス、スキーなどの
選手にも起こります。30〜50代
の方に多くみられます。レント
ゲン検査では異常はないです
が、MRI検査で異常がみられ
ます。治療は装具による手首の
安静固定、局所麻酔剤入りステ
ロイド注射で、ほとんどの方は
治ります。数回注射を繰り返し
ても再発する場合は、手術にな
ります。適切に手術が行われれ
ば、この腱鞘炎は再発すること
はありません。詳細は手外科専
門医にお尋ねください。