

Q

40歳女性。手指にしびれがありま
す。明け方に強くなり心配です。



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・足の外科センター
手外科専門医 副院長
谷口 泰徳センター長

A

神経の病気「手根
管症候群」と思われ
ます。手首には手根

管と呼ばれるトンネル状の部
分があり、ここには指先の感覚
や動きに重要な役割を担う正
中神経が通っています。この正

中神経が何らかの原因で圧迫
されると、手指にしびれや痛み
が生じます。圧倒的に中年女性
に多い病気ですが、仕事等で手
をよく使う男性や手首を骨折
した人、人工透析を受けている
人も発症します。病院で「首（頸
椎）の神経が原因」と言われ、適
切な治療を受けられず、症状を
抱えたままの人もいます。

初期には、人差し指と中指を
中心にしびれが出ます。明け方

になるとしびれが強くなり、痛
みます。病気が進行すると親指
が不自由になり、縫い物やボタ
ンかけなどの細かい動作が困
難になります。診断は、神経の
検査やレントゲン検査、各種テ
ストを行って確定します。

治療はまず、手の使いすぎを
止めることです。そして、飲み
薬、ブロック注射、局所の安静
で様子をみます。これで改善し
なければ手術となり、手根管で
圧迫されている正中神経の障
害をとります。手術は短時間で
済み、数日から数カ月で症状は
改善します。ただし、重症の人、
高齢者は治癒するまでに時間
がかかることもあります。手外
科専門医にご相談ください。

Q

人工透析を長年受けています。
最近、両手指がしびれて困ります。



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

長期間にわたり人工透析を続けていると手指がしび

起こります。透析患者さんのアミロイド沈着は手指にも起こり、ばね指とよばれる腱鞘炎を合併することもあります。

れる病気の手根管症候群（しゅこんかんしょうこうぐん）が起こつてきます。症状は親指から薬指のしびれや痛みで、進行すると親指の付け根の筋肉がやせて親指の細かい動きができなくなり、指のしびれは透析中や夜間に増悪します。この病気は、透析で除去しにくい老廃物のアミロイドが手首に沈着し神経を圧迫することで起こります。神経が手首にある手根管というトンネルで圧迫されるため手根管症候群と呼ばれます。この病気は一般の更年期女性や糖尿病患者さんにも

特徴的な症状、神経の伝導速度検査、レントゲン検査ですぐに診断されます。治療はステロイド剤を手根管の中に直接注射します。これで一時的にしびれは治まりますが、透析患者さんでは症状が進行して手術が必要になります。手術は局所麻酔で行い神経の圧迫をとります。場合によっては沈着したアミロイドを追加切除する必要があります。手術時間は15分から30分程度です。透析患者さんで手指にしびれの症状がある方は、手外科専門医にご相談下さい。

Q

左手でスマホを持って操作して
いると左手指がシビレてきます。



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

この手指がシビ
レる症状は、手の神
経の病気で手根管

症候群によるものと思われま
す。手根管症候群は、手首にあ
る正中神経が手根管というト
ンネルで圧迫されるために起
こる病気です。病気が進行する
と感覚障害や親指の運動障害
が起こり、親指の細かい動きが
困難になります。中年女性に多
い傾向がありますが、手をよく
使う男性や人工透析の患者さ
んにもみられます。通常はスマ
ホを持って操作しても、指がシ
ビレることはありません。手根
管症候群になると、スマホの操
作や車の運転中に手指がシビ
れてくる人がいます。左手でス

マホを持って手首を手のひら
側に傾ける動作は、手首で正中
神経を圧迫する動作になりま
す。またスマホを手のひらに乗
せると手のひらの真ん中の真
下にある正中神経にスマホの
角があたることになり、シビレ
が出現します。

特徴的な症状と神経伝導速
度検査で手根管症候群とすぐ
に診断されます。治療は、飲み
薬、ステロイド注射、手首の安
静です。ステロイド注射は手根
管の中に直接注射します。数回
注射しても改善しないときは
手術が必要です。手術は局所麻
酔で15分程度ですみます。詳し
いことは、手外科専門医にご相
談ください。