



認識~~腕隧道症候群 骨科衛教專欄 / 醫療部 王建捷醫師

為什麼手指總是又麻又痛？

| 腕隧道症候群

腕隧道是指腕骨及其上的橫韌帶所圍成的空間，包含了正中神經及九條腕部肌腱；而腕隧道症候群即是指因某些原因使腕隧道內的壓力增加，壓迫正中神經所導致的症狀。

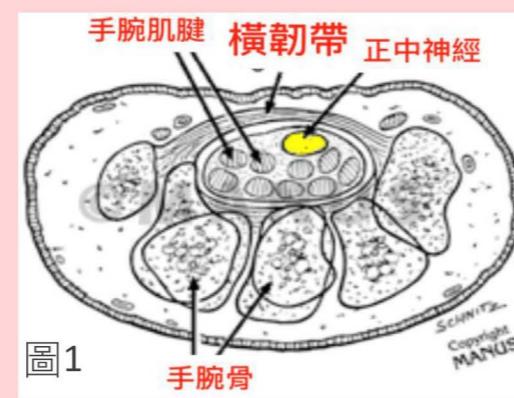


圖 1 參考資料/出處 www.orthobullets.com/hand/6018/carpal-tunnel-syndrome

| 造成原因

多數病人為自發性產生，而長時間從事抓握或彎曲手腕的動作會加重症狀，其中有以下危險因子的人較容易出現腕隧道症候群：女性、肥胖、懷孕、甲狀腺低下、類風濕性關節炎、抽菸、喝酒等。



副院長

賴啓仁 醫師專長

- 腕隧道症候群
- 關節鏡手術
- 板機指
- 肩關節手術
- 微創人工關節置換手術

| 症 狀

手指酸麻、針刺感，主要區域為前三指半；夜晚的症狀會更加明顯，嚴重者會有大魚際肌萎縮的情形。

圖 2 參考資料/出處 www.practicalpainmanagement.com/pain/neuropathic/carpal-tunnel-syndrome/diagnostic-ultrasound-carpal-tunnel-syndrome-helpful



圖 2

| 確診流程

一般透過病史（手指麻痛、晚上較嚴重）及理學檢查即可診斷。除了腕隧道症候群，手麻亦可能出現在頸椎神經病變的病患身上，可以利用神經傳導與肌電圖檢查以協助鑑別診斷。

| 治療方式

第一線治療為保守治療，包含：口服消炎藥、夜間副木固定、改變生活習慣，如：減少手部活動、戒菸等，若無明顯效果，可嘗試局部注射類固醇。

若保守治療無效，可考慮手術減壓，釋放腕隧道內的壓力，以減緩正中神經的壓迫。

| 結 語

手指酸麻是腕隧道症候群最主要的症狀，一般來說，透過保守治療即可改善，而症狀的嚴重程度與持續的時間均和治療的結果相關，因此，若出現手麻的情況，儘速就醫診斷，把握治療的黃金時機。

中正脊椎骨科醫院
Jhong Jheng Spine & Orthopedic Hospital

中正群組
[@vqw5885q](https://www.line.me/ti/vqw5885q)



LINE

