

手指のしびれや痛みを放っていませんか？

「手指が痛くて服のボタンをかけにくい」「箸を使いにくい」「ペットボトルの蓋を開けられない」……こうした症状をそのままにしていると、手指が動かしくなくなったり、痛みが慢性化したり、さらには指が変形することもあるので注意しましょう。

親指から薬指にかけてしびれや痛みがあるときは…

手指のしびれや痛みをもたらす病気にはさまざまなものがあります。例えば、親指から薬指にかけてしびれや痛みがあるけれども、小指と薬指の小指側はなんともないという場合は、手根管症候群が疑われます。

手根管とは、手首にある手根骨と靭帯に囲まれた空間です。この空間の中には、手指の感覚と動きをつかさどる正中神経が通っています。何らかの原因でこの神経が圧迫されると、手指のしびれや痛みを伴う手根管症候群を発症します。

この痛みを放置すると、圧迫された正中神経が傷み、指の感覚が鈍って動かしくくなります。さらに、親指の付け根にある筋肉のふくらみがやせてきて、物をつまんだり、握ったりできなくなります。こうなる前に医療機関を受診することが大切です。

肘の内側の骨の出っ張りを軽くたたいてチェック

前述したように、手根管症候群では小指と薬指の小指側にはしびれは生じません。肘の内側の骨の出っ張りを軽くたたき、薬指の小指側と小指にしびれが出る場合は、肘の内側にある尺骨神経が圧迫されて症状が現れる肘部管症候群の可能性が高いと考えられます。

尺骨神経は肘の内側にある肘部管という空間を通過しており、小指と薬指の小指側の感覚をつかさどっています。そのため、尺骨神経が圧迫されると、小指と薬指の小指側がしびれ、進行すると指の感覚がほとんどなくなって、指先に力が入らなくなります。



肘部管症候群は肘をよく使うテニスや野球などのスポーツ選手や、幼少期に肘を骨折したりケガをしたことがある人に発症しやすいことが知られています。また、加齢に伴って肘が変形しやすくなるため、特に中高年に多く見られます。

脳卒中や首の変形が原因で手指の症状が現れることも

親指をスムーズに伸ばしたり広げたりするのが困難な場合はドケルバン病のおそれがあります。腱鞘炎の一種で、親指の使いすぎなどが原因です。親指から小指にかけて指の第一関節に腫れや痛みが生じる場合はヘバーデン結節、親指の付け根にある第3関節に同様の症状が現れる場合は母指CM関節症の可能性もあります。

ここに挙げたのは手指そのものの病気ですが、時には脳卒中や首の骨の変形が原因となっていることがあります。手指に異常を感じたらすみやかに受診しましょう。

また、手指のしびれや痛みについてわからないことがあるときは、薬剤師に気軽に相談ください。



イラストレーション: 堺 直子

ヘルスケア・プロショップの健康情報紙『Life』は毎月薬局でお配りしています。【無料】