

手のしびれ 絞扼性神経障害

こつこつこつ

手のしびれは、日常よく見られる症状の一つですが、その原因は、様々な病気から生じます。今回は、手のしびれの原因として多い絞扼性神経障害についてお話します。

【絞扼性神経障害】とは

末梢神経は、背骨（脊椎）を出て手足先端へ行く時に、骨の出っ張った所、靭帯、腱、筋肉などの間を通ります。その経路の途中で、方向を変えたり、狭い場所を通る所で、圧迫、摩擦が持続的に加わる事で神経に炎症が起こり、機能障害が生じます。その状態を絞扼性神経障害と呼び、多くの末梢神経において特定の部位で生じます。手では、代表的な絞扼性神経障害である手根管症候群と肘部管症候群が多く見られます。

【手根管症候群】

母指、人差し指、中指の手のひら側を支配する正中神経とい

う神経の絞扼性神経障害です。正中神経は手首の所で屈筋支帯というスジの下を通りますが、そこで支帯に圧迫されて生じます。妊娠中や、中高齢の女性に多く、手を使う職業の男性や、手首の骨折後にも見られます。症状は母指、人差し指、中指の手のひら側のしびれで、夜間にしびれのために目が覚めることもあります。進行例では、母指球（親指の付け根の筋肉の丸み）が萎縮し、母指の動きが悪くなります。

治療としては、初期ではビタミン剤の内服、副え木による手首の固定、注射などが有効ですが、筋肉の萎縮を生じた場合には、手術で屈筋支帯を切り離します。最近では内視鏡を使った手術も行われ、手術の傷が小さくて日常生活への復帰も早く出

来ます。

【肘部管症候群】

肘内側後方を通る尺骨神経の絞扼性神経障害です。仕事などでの酷使によって肘の関節が悪くなった人に多く見られます。小指、薬指にしびれが生じ、進行すると手のひらの小指側の丸み（小指球）が萎縮し、また、手の甲は筋の萎縮によって骨が目立ってきます。重症になると小指・薬指が真っ直ぐ伸びなくなり、重なる前に治療することが必要で、多くの場合手術が必要になります。

【その他】

手がしびれる原因は他にもあり、頸椎の変形、その他の絞扼性神経障害の場合もあります。いずれにしろ、筋肉の萎縮が起きないうちに治療することが大切で、専門医を早めに受診する事をお勧めします。



（医師会）