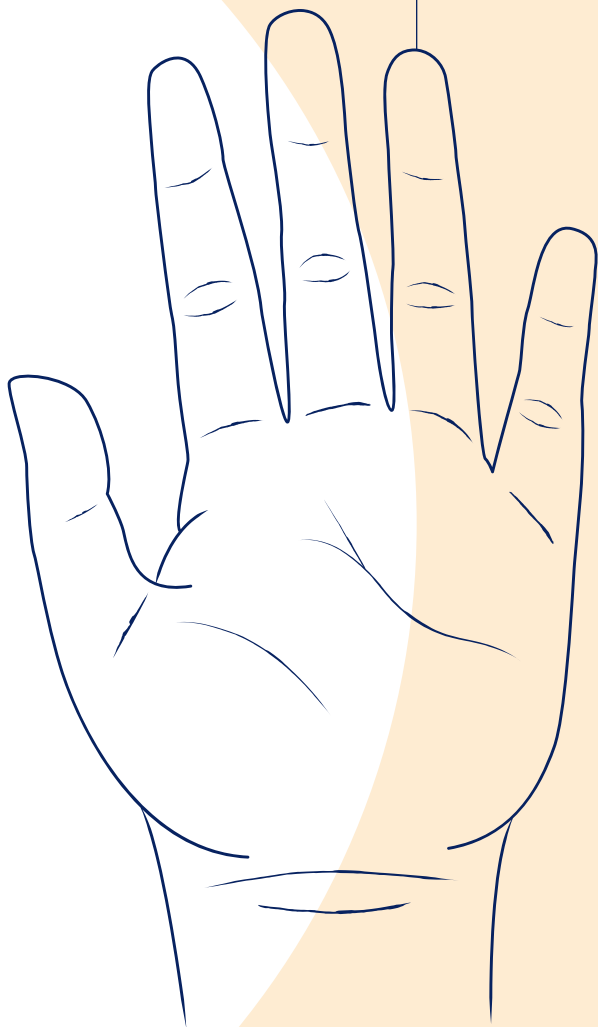


# 手根管症候群



手根管症候群  
治療のための  
患者さん向け  
情報です。

## 手の側面にしびれやうずきがある場合は、手根管症候群の可能性がります。

手根管症候群は、手のしびれ、痛み、不快感を引き起こす身体疾患であり、世界中で推定7,500万人が苦しんでいます。

手根管症候群治療は総じて成功していますが、早期診断が重要です。手根管症候群の疑いがある場合は、医師に治療を相談しましょう。

### 症状



しびれ



チクチク感



灼熱感

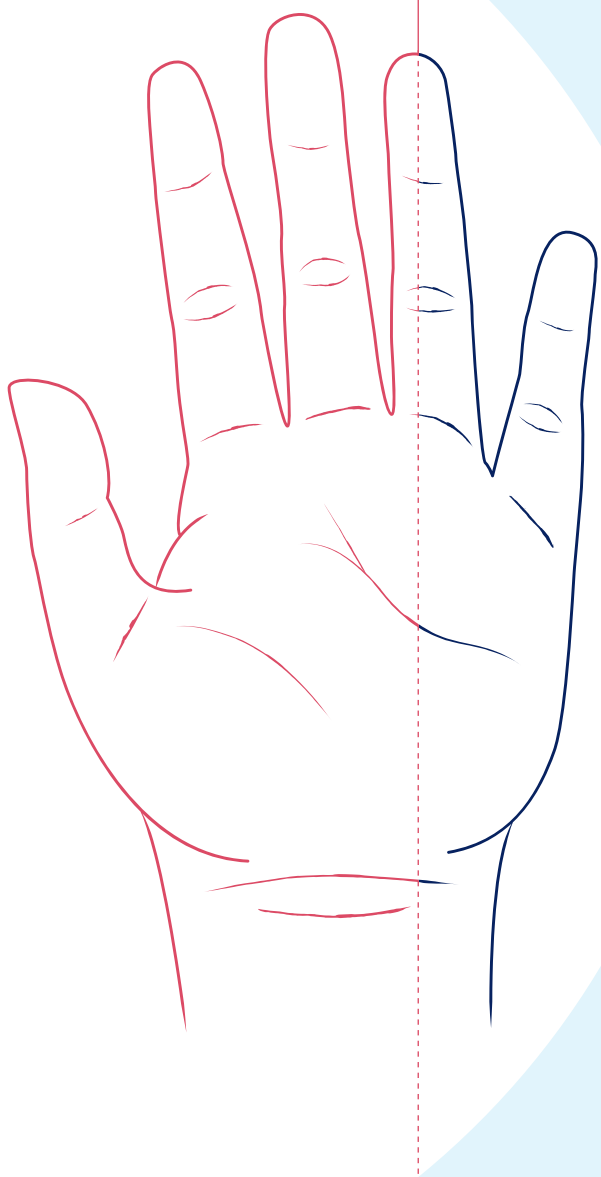


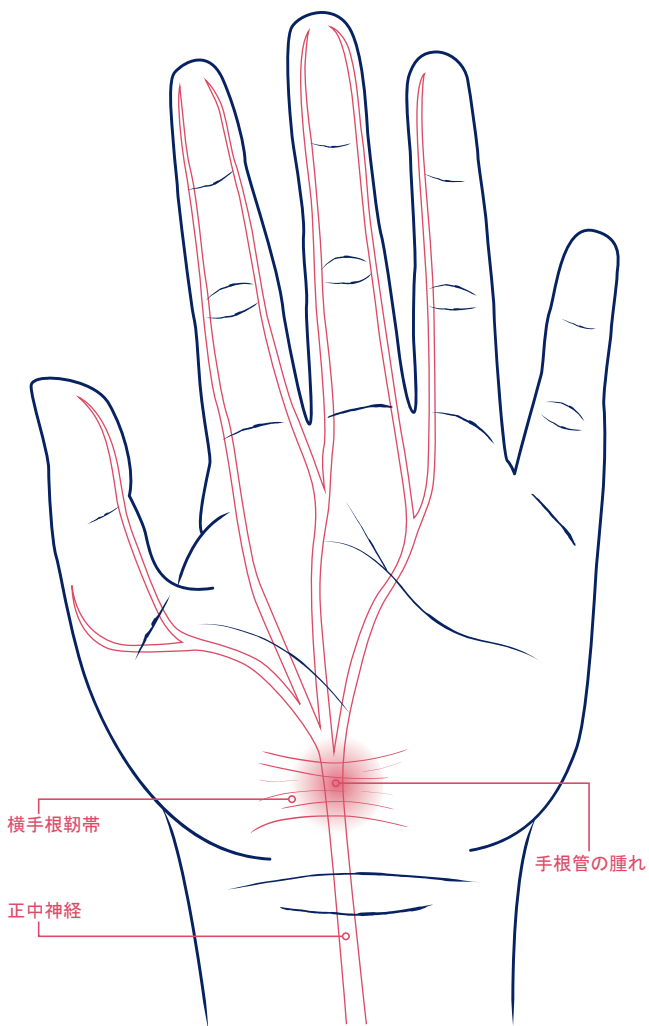
握力の弱

手根管症候群の症状は通常、親指、人差し指、中指に現れますが、肩まで移動することもあります。また、このような症状が夜間に悪化することも少なくありません。

この情報は、専門的な医学的アドバイスや診断、治療に代わるものではありません。特定の医学的勧告の代わりになるものではなく、またそれに頼るべきではありません。

疑問や懸念事項については、医師に相談してください。





# 原因

## どうやって起こりますか？

手首の中心部には、前腕から手のひらに向かう、太い神経（正中神経）と 9 本の腱が通っている手根管と呼ばれるトンネルがあります。このトンネルの屋根は、横手根靭帯と呼ばれる強い靭帯によって形成されています。

手根管に腫れがある場合、指の感覚と運動のほとんどを司る正中神経に圧力がかかります。正中神経を圧迫するほど大きな圧力がかかると、手根管症候群を発症することがあります。

## 何が原因ですか？



### その他の病状

手根管の腫れは、遺伝、糖尿病、甲状腺の問題、骨折、関節炎などが原因の場合があります。



### 体液貯留

妊娠中の体液貯留は手根管症候群の症状を引き起こす可能性がありますが、これらの症状は通常、出産後に治まります。



### 反復的な手の動作

握ったり、しぼったり、はさみを使ったりする動作に関わる反復的な手の動きが症状を悪化させる可能性はありますが、ほとんどの人にとって、実際の原因ははっきりしていません。

# 治療を受ける

## 非外科的

非外科的治療には、同じ動作を繰り返す手の動きを減らしたり、やめたりする行動の改善、夜間の手首固定器具装着、抗炎症薬の経口投与や手根管への注入が含まれます。

## 外科的

外科的な治療法は様々ですが、最も一般的なのは「直視下手術」と「内視鏡手術」です。どちらも、横靭帯を外科的に切断し、それによって手根管を拡大して神経が入るスペースを確保することで、正中神経への圧力を緩和する、という目標は共通しています。どちらの手技も効果はありますが、内視鏡手術は回復までの時間が早く、術後の痛みも少なく、傷跡も小さく目立たなくなります。<sup>1</sup>



## 内視鏡手術

この低侵襲性手技の指導原理は、手首から手のひらまでの長い切開を回避して、術後の痛みを最小限に抑えることです。

内視鏡手術は非常に効果的で、20年以上の実績があります。結果的に、術後の痛みが少なく、傷跡も手首の折り目で隠されて最小限に抑えられ、一般的に患者さんは短期間で通常の活動に復帰することができます。<sup>1</sup>

### 内視鏡手術中：

- 1 手首のしわに沿って小さく切開し、術者はここから SmartRelease<sup>®</sup> と呼ばれる外科器具に搭載した小型カメラを挿入します。この機器により術者はビデオモニターを使って手根管の内部を見ることができます。
- 2 次に、術者は、SmartRelease<sup>®</sup> 内の格納式ブレードを使って、手のひら全体を切開することなく靭帯を正確に切断します。
- 3 靭帯が完全に開放されたら、ブレードを格納して器具を引き抜き、小さな切開部分は縫合され、包帯などが巻かれます。

## 直視下手術

この手技は効果的ですが、手首から手のひらの中心まで傷跡が残るため、患者さんによっては最適な方法とは言えないかもしれません。術後の痛み、手の深い切開、より長い切開のため、回復とリハビリには数週間かかることがあります。

### 直視下手術中：

- 1 切開は、手首の折り目から手のひらの中心に向かって、皮膚、脂肪、結合組織の層を通して行われます。
- 2 横靭帯が露出したら、術者はブレードで靭帯を切断し、神経への圧迫を解放します。
- 3 それから術者は切開部を縫合して閉じ、手に創傷被覆材を施します。

# 医師に聞く

あなたが手根管症候群の治療を必要とする場合、かかりつけの医師は治療の選択肢だけでなく、あらゆる治療に関連するリスクと禁忌を説明することで、情報に基づいた意思決定を行うのを助けます。

[www.myhandnumbness.com](http://www.myhandnumbness.com)

## 参考文献

1. Trumble, T.E., Diao, E., Abrams, R.A., Gilbert-Anderson, M.M. "Single-Portal Endoscopic Carpal Tunnel Release Compared with Open Release." 2002. The Journal of Bone & Joint Surgery. 84:1107-115.

これは医学的アドバイスの代わりになるものではありません。

この情報は、手根管症候群および肘部管症候群とそれに伴う手技について理解を深めるために提供されています。診断と、治療の適性および治療オプションを判断できるのは、医師だけです。完全な情報と具体的な質問に対する回答を得るための最良の方法は、主治医に相談することです。

MicroAire Surgical instrumentsは、特定の治療結果の達成可能性を保証するものではなく、またあなたがSmartRelease®治療の適格者となることを保証するものでもありません。

**MICROAIRE®**

SmartRelease®はMicroAire Surgical instruments, LLCの商標です。  
©2020 All rights reserved.

LIT-ECTR-PATIENT REV A