



# 嚴重扳機指

## 門診手術就OK

文／骨科部 病房主任 林承志

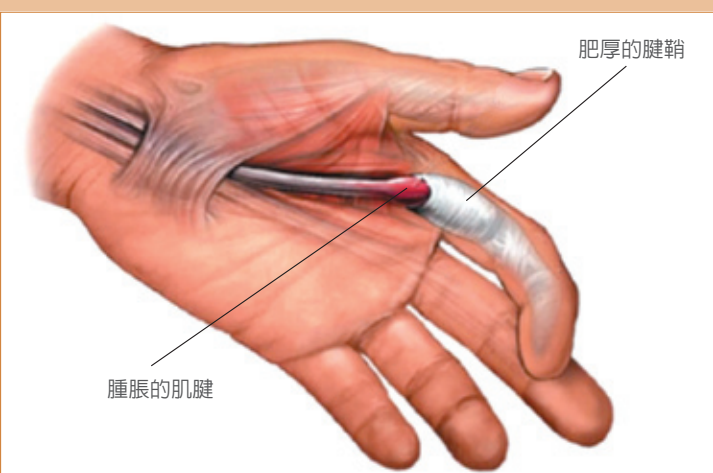
**常**有病人抱怨手指在用力彎曲後無法伸直，必須用另一手去扳才能伸直，或者早晨起床時，發現手指「卡住」了，總要經過好一陣子才能活動自如。這種症狀時好時壞，可持續長達1年以上，造成生活上相當的不方便，並且出問題的手指掌側基部可以摸到一粒會痛的硬塊，這就是所謂的扳機指。

手掌掌側有一條負責讓手指彎曲的屈指肌腱，此肌腱有橫向的腱鞘附著於上，就像窗簾桿上的吊環一樣，可以限制肌腱的活動。當手指過度活動，便會造成腱鞘的發炎，進而形成腱鞘肥厚，使得手指在彎曲時出現卡住的現象，並且形成壓痛的腫塊，如同扣扳機一樣，因此稱為扳機指。

### 症狀的演進及對策

扳機指較常見於中年女性，好發於大拇指，其他手指也可能如此，是因工作過度活動手指所致。發病初期，手指掌側基部疼痛，但手指活動正常，這時多半只是輕微肌腱炎，只需休息及服用或塗抹一些消炎藥，症狀便可緩解。

如果時間持續較久，手掌基部已有硬塊產生，病人清晨醒來，往往會發現手部肌肉比較僵硬，手指無法伸直，需要用力或用另一手來幫忙扳直，此時會有瞬間的劇痛。白天活動後，手部肌肉變得柔軟些，因此症狀漸漸好轉，也可能幾乎好像沒發生過一樣，但隔天一覺醒來，手指又不對勁了，這意味著腱鞘開始肥厚，病情已在加劇。在這個階段還可採取保守治療，休息、吃藥、擦藥，若治療無效，在



扳機指示意圖



小孩先天性扳機指，右手為正常的拇指，左手無法伸直。

局部施打類固醇，多半會一針見效，但不宜過度施打，一般認為半年內不要超過3次為宜，否則會造成韌帶斷裂。

有些病人嚴重到手指隨時都有卡住的現象，患處可以摸到一個圓圓的腫塊，並且有壓痛感，這時已進入慢性期。症狀更嚴重一點的病人，即使用手扳也無法把手指拉直，保守治療幾乎已無幫助，醫師此時會建議病人接受手術，將肥厚的腱鞘切開，使其永不復發。

### 門診手術快速有效

手術治療對扳機指而言是個一勞永逸的方式，傳統必須在局部麻醉下劃一刀，剝開軟組織，找到肥厚的腱鞘後切開，再把傷口縫合，10天後拆線，病人會有一段時間的不方便。現在就方便多了，在門診診間，醫師於患處打上局部麻醉藥，用較粗的針直接將腱鞘劃開，前後不用5分鐘，也沒有傷口，只需按壓進針處數分鐘就行

了，效果不比傳統手術差，病人滿意度相當高。但是，少數合併腫瘤或其他病變的病人，不適合以這種方式治療。

### 小孩的先天性扳機指

扳機指有時也見於小孩的拇指，通常兩手都會發生，使得拇指無法伸直，稱為先天性扳機指。先天性扳機指在小孩1歲前可做復健，有一部分兒童會因而獲得改善。如果1歲之後，手指仍然無法伸直，就要安排手術治療，以免影響日後手指發育及功能。小孩的手術比較麻煩，需要全身麻醉，採用傳統方式切開腱鞘，傷口貼上無菌膠布即可，不必縫合，一般在5天後，傷口就可以復原，也無須拆線。

綜合而論，扳機指是一種因肌腱過度活動所引起的發炎反應，只要善待自己的手，避免過度使用，一旦有問題，及時接受正確的診斷及治療，相當容易痊癒。🌐