

「指の捻挫(ねんざ)・突き指」の話

「指の捻挫・突き指」は、日常よく見られる指の外傷の総称のひとつです。スポーツ、特にボールを使った競技などで発生します。

軽度の捻挫では、「靭帯(じんたい)*」の損傷にまで至らず、関節が不安定になっていません。痛みが強い場合には固定をすることがありますが、炎症をとる湿布やアイシングだけで多くの場合では症状が治まります。

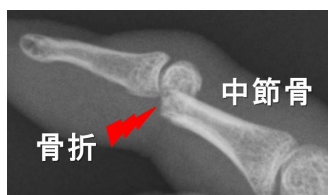
しかしながら、関節を支えている靭帯が部分的または全体が切れてしまうことで関節が不安定な状態になったり、骨折などを伴う場合もあります。

*「靭帯」とは? : 関節の骨の先端部に付着している線維性の結合組織で、骨同士をつなぐとともに、関節の動きを容易にしたり、制限したりしています。

受傷の際に「靭帯」に引っ張られた骨が剥がれるように骨折、「剥離骨折」(はくりこっせつ)が発生することがあります(図右)。骨折部が治癒し、関節の不安定な状態がおさまるまで、ある程度しっかりした固定をすることがあります。骨折部分が大きく、関節面が大きく崩れている場合には骨折部位を固定する手術(図上)が必要になります。



指に対してまっすぐの方向(長軸方向)に力が働くと、「末節骨」(一番先端の指骨)または「中節骨」(2番目の指骨)に損傷が生じることがあります。



「中節骨」にまで力が伝わってから骨折を生じると、「中節骨頸部骨折」となります(図左)。多くは、手の甲がわに転位(ずれ)します。X線診断の後に、整復して骨接合が行われます(図左)。

長軸方向の力が、「中節骨」の基部にまで伝わると、**PIP関節(*)**で脱臼骨折を生じます(図下)。関節に骨折が入るので、治療が困難です。治療までに日数がかかると、後遺症を残しやすいので、早く整形外科を受診すべき外傷です。ピンで固定したり、スクリューで固定したりと、脱臼骨折の形態により治療は変わります。



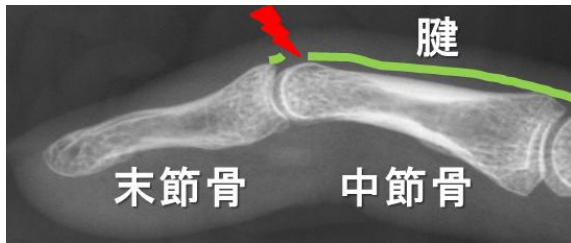
* 指先に近い関節から遠位指節骨間関節(Distal Inter Phalangeal、DIP関節)、その次は、近位指節骨間関節(Proximal Inter Phalangeal、PIP関節)と呼びます。

槌指(つちゆび、ついし)、マレット変形

「突き指」による受傷で、DIP関節が木槌(きづち)、マレット状に変形し(図右)、指の伸展が障害され、「槌指」(「マレット変形」と呼ばれる状態になることがあります。

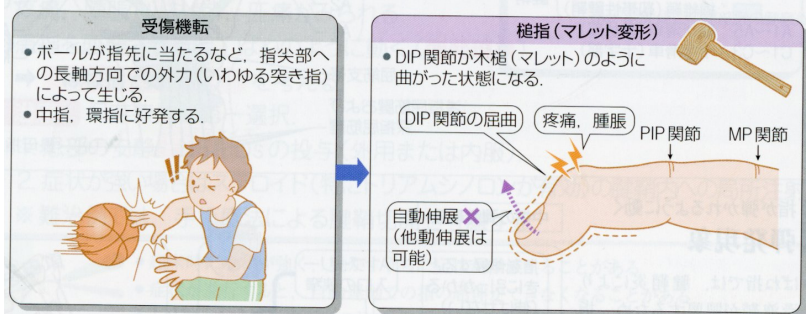
「槌指」には、指を伸筋させる腱の損傷で、骨折を伴わない「腱性槌指」と骨折を伴う「骨性槌指」があります。





腱性槌指

「突き指」により、末節骨に付着している伸筋腱（指を伸ばす腱）が断裂することにより、末節の関節が伸ばせなくなる状態（図 左）です。指を伸ばす腱はとても薄いので治るまでに時間がかかります。末節の関節をまっすぐな位置で器具器具で固定する保存療法が一般的ですが、途中で固定をやめてしまうと、腱は伸びたまま治り、末節の関節はしっかり伸ばすことができないままになります。6週間の固定を継続することが大切です。



	病 態	治 療*
腱性槌指	<ul style="list-style-type: none"> 伸筋腱の終止腱が断裂する。 	<ul style="list-style-type: none"> 器具固定による保存療法が一般的である。
	<ul style="list-style-type: none"> 末節骨が裂離骨折する。 	
骨性槌指	<ul style="list-style-type: none"> 断裂した骨片が大きい場合には、DIP関節掌側脱臼を伴う。 	<ul style="list-style-type: none"> 手術療法による固定が必要となる。

骨性槌指

伸筋腱が末節骨に付着している部分で、裂離骨折を生じることにより、DIP関節が伸ばせなくなる状態です。X線写真で骨折が確認された場合には、その程度により器具固定による保存療法、あるいは骨接合のための手術が必要になります。（図左）

—たかが突き指、されど突き指—

「突き指」の中には、このように正しい診断と治療が必要な損傷が紛れ込んでおり、X線検査などを用いた医師の診察が必要です。

損傷の程度はいろいろです。3段階に分けられます。

軽度の場合 靭帯がわずかに伸ばされた状態で腫れや痛みはごく軽度で1週間程度で完治します。

中等度の場合 靭帯が部分的に切れた状態です。広い範囲で腫れや痛み、皮下出血がみられます。関節の中に血がたまることもあります。4週間程度の治療期間が必要です。

重度の場合 靭帯が完全にきれた状態です。関節の安定がわるくなり、“ぐらぐら”な状態となります。重症なものでは1-2か月程度かかります。特に重症例では後遺症として不安定な状態が残ってしまうこともあります。



図は、「病気が見える vol.11 運動器・整形外科」<MEDIC MEDIA>、「日本骨折治療学会」「森整形外科リハビリクリニック」ホームページから引用しました。

この「産業医だより」についての御意見・御要望などをお気軽にお寄せ下さい。これからの参考にさせていただきます。

編集・発行： 勝山諒亮

勝山診療所

〒639-2216

奈良県御所市343番地の4（御国通り2丁目）

電話：0745-65-2631