

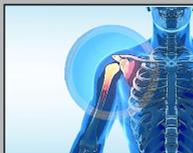


asia medical specialists
亞洲專科醫生



ISO 9001:2015
FS 550968

手部常見的疾病



我們的雙手，由使用繡花針到拿起重物，具有細膩的觸感和變化萬千的動作，是我們直接連接世界的渠道。

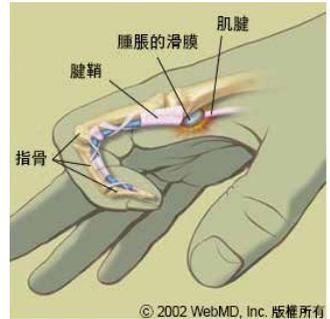
常見手部問題的症狀包括腫塊，畸形，功能喪失，疼痛和感覺障礙（麻痺或針刺感）。及早發現和準確地診斷這些病症有助患者減輕問題的困擾。本文根據典型症狀的分類，簡要地概述最常見的手部疾病。

疼痛和功能喪失

手指屈肌腱鞘炎（彈弓手/扳機指）

這種症狀是較易診斷的，因為患者的手指會感覺被卡住及疼痛。手指可能會卡在屈曲的位置，需協助下才能慢慢伸直。而在某些情況下，只有手掌的屈肌腱（通常在掌心）會出現疼痛，並於掌心掌骨頭部附近緊密的肌腱滑車出現壓痛感。

彈弓手亦被稱為**狹窄性腱鞘炎**，是普通科醫生和骨科專科醫生的最常治療的肌肉骨骼疾病之一¹。在中年女性中較常見的是**原發性狹窄性腱鞘炎**，這一類的炎症雖然是屬原發性，但有些是因為過度使用手指或重複運用手指運動的活動所引致，從而導致屈肌腱退化及A1滑車增厚。症狀通常在早晨或握緊物件頭後會加劇，但會在拉直屈曲手指後有所改善。患有結締組織疾病的患者，如類風濕性關節炎，糖尿病和痛風，則較易出現**繼發性狹窄性腱鞘炎**。

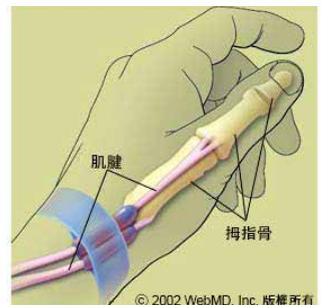


治療方案

大部份患者對物理治療及近肌腱位置注射類固醇均有良好反應。而單隻彈弓手指患者相比多隻彈弓手指患者，對治療有更佳的效果。此外，如果患者的症狀在注射後兩年內都得以舒緩，復發的機會也多數較少^{1,2}。當發現所有保守治療的效果皆不理想之時，患者可以考慮接受一個小手術（A1滑車釋放術）去釋放扳機指卡住的的韌帶。這種**經皮釋放手術**（percutaneous release）可在一般的診所環境下，以局部麻醉方式進行³。

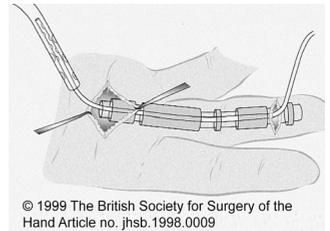
拇指狹窄性腱鞘炎（媽媽手）

這種常見的疼症會影響手腕橈側邊緣的拇指伸肌腱。如果拉扯受影響的肌腱，例如屈曲拇指和扭動手腕，或者在握拳或抓握時令到肌腱繃緊，疼痛會加劇。這種情況在中年婦女中為最常見，但也與懷孕和喂哺母乳有關。就像其他類型的炎症性腱鞘炎一樣，**媽媽手**的確切成因未明，但許多人認為長期過度使用手腕和重覆涉及腕關節的橈骨和尺骨的活動可能導致潛在的肌腱病變。



治療方案

單次類固醇注射有效減輕80%以上**拇指狹窄性腱鞘炎**的徵狀，其中超過一半患者的症狀在至少12個月內不會出現重覆出現。如症狀會再次出現，其中大多數會在首6個月內發生⁴。在懷孕期間和母乳喂養期間注射類固醇是安全的。



感染性腱鞘炎

與上述的炎症性腱鞘炎不同，**感染性腱鞘炎**是腱鞘內的密閉腔受到感染；必須及時診斷和治療。潛在併發症包括手指僵硬，在嚴重的情況下可能需要進行手指截除⁵。

一般早期的臨床診斷可以用*Kanavel sign*來判斷手指有否患了**屈指肌腱腱鞘炎**。徵狀包括一：有梭形的腫脹；二：手指屈曲姿勢（手指呈現半曲狀態）；三：受影響的肌腱一帶有壓痛感；四：手指被拉扯會造成疼痛。

治療方法包括及早處方靜脈內注射抗生素，以及開放式沖刷或導管沖洗的手術引流⁶。

關節炎

除了肌腱和腱鞘的這類的異常之外，由腕掌關節、手指小關節、腕關節和遠端橈尺關節的過度使用或骨關節炎，都可以引起慢性疼痛和腫脹。常見的症狀是疼痛和僵硬，受影響關節末端的範圍在使力或活動後更易出現。這些症狀可導致功能下降，並可顯著影響患者的生活質素。



治療方案

首選治療方案是物理治療，夾板固定和服用止痛藥。如果依然無法舒緩症狀，關節鏡滑膜切除術這一類的小手術會是另一個選擇。至於嚴重的退化個案，則需要為其功能位置上進行關節融合術，或進行各種類型的關節置換或切除關節成形術^{7, 8}。

腫塊

體內發現**腫塊**可能會令人擔憂，但總括而言，上肢並不常出現癌症，大多數**腫塊**都是「良性」的。



結節水囊腫

結節水囊腫（腱鞘囊腫）是手指，手掌和手腕中最常見的腫塊。它是一種充滿凝膠狀粘液樣物質的滑膜囊腫。**結節水囊腫（腱鞘囊腫）**雖然屬良性的，儘管經過仔細的治療，但也會復發。

巨細胞瘤

韌鞘的**巨細胞瘤**是手部韌鞘中的實心腫塊，很容易與韌鞘囊腫混淆。巨細胞瘤有兩種—局限型和瀰漫型。儘管兩者都是良性的，瀰漫型沒有清晰的邊界，並且具有兇猛的生長和更高的復發率⁹。

血管球瘤

血管球瘤（或稱**脈絡球腫瘤**或**球狀瘤**）最常在指尖和指甲表面下出現。它是皮膚微血管中負責調節體溫的血管脈絡球的良性增長。**血管球瘤**在女性中更為常見，會導致陣發性刺痛、壓痛和不耐冷。雖然它們可以在身體的任何部位生長，但上肢末端是它們最常見的位置¹⁰。

神經鞘瘤

通常以無症狀腫塊或緩慢生長的腫脹方式出現，患者會有輕微的不適。它們屬於神經線的良性腫瘤，因此各式感覺異常（例如針刺或疼痛）皆可能由腫塊受壓引起。超聲波或磁力共振掃描可有助於確診此類的病變。

治療方案

手術切除是**韌鞘囊腫**，**巨細胞瘤**和**血管球瘤**的一般治療方案，成功率高且沒有明顯副作用。至於**神經鞘瘤**，我們會試圖切除**神經鞘瘤**，同時保留神經的其餘部分。但因為神經正常部分有機會受影響，或有殘餘感覺異常的風險¹¹。

畸形/變形

手指或手的爪狀畸形可以由多種不同的病因造成：如**掌腱膜攣縮症**（**迪皮特朗攣縮**）、骨骼畸形、關節破壞、因為外在筋腱與內在筋腱之間的不平衡所造成的神經病變（**尺神經麻痺**）和任何先前的創傷中所造成的**腔室症候群**等等。



由於手部的爪子畸形會導致握力和夾緊力度的降低，會進一步削弱手部的功能。

掌腱膜攣縮症（迪皮特朗攣縮）

掌腱膜攣縮症（**迪皮特朗攣縮**），是一種會逐漸惡化的病症。手掌中的正常纖維組織層會逐漸收緊，令手指屈曲。手掌筋膜和手指韌帶變厚並縮短至病態程度，並最終導致一個或多個手指的屈曲畸形。

掌腱膜攣縮症（迪皮特朗攣縮）的主要成因尚未清楚，但遺傳因素有很大的影響，在有北歐血統的家庭中常見。其他風險因素包括糖尿病、吸煙和酗酒。

治療方案

最常用的治療方法是酵素注射和手術。手術的選擇包括開放式或經皮針刺筋膜切開術（亦稱為腱膜切開術）和部分/全部的筋膜切除術。在臨床試驗中證實，不論是使用酵素注射或經皮針筋膜切開術，對近端指間關節攣縮的減少，活動範圍或患者報告的結果皆沒有顯著差異¹²。

爪型手（鷹爪手）

爪型手（鷹爪手）是由尺神經功能障礙引起的手部位置異常，而**肘管綜合症**是上肢末端第二常見的壓迫性神經病變。肘管綜合症會引起無名指及尾指麻木（針刺）和灼痛，以及手部的遲鈍和乏力。當肘部彎曲時，因為尺神經在肘部的肱骨內側上髁周圍繃緊，症狀通常會更加嚴重。電子診斷測試對於準確診斷肘管綜合症和其他壓迫性神經病變至關重要。

治療方案

夜間時配戴肘部伸展支架可能會有所幫助。手術方面，可以選擇包括**尺神經移轉位術**（皮下或肌肉下）或**尺神經減壓術**（同時切除肱骨內側上髁）。**尺骨神經轉位手術**相比一般減壓手術會帶來較多不適，患者一般需要在手術後服用更多麻醉止痛藥；亦有報告發現術後8週內無力情況較多，以及手術切口周圍有較多感覺障礙¹³。

感覺障礙

腕管綜合症

腕管綜合症是上肢最常見的神經病變，由腕部正中神經受壓引起。手臂疼痛（尤其於夜間發生）是最常見的症狀之一。食指，中指和拇指的麻木和刺痛，以及大拇指外展無力都是典型的症狀。這些感覺異常的症狀通常在夜間和屈曲腕關節時更加嚴重。孕婦也常有這類的症狀。

治療方案

首選的治療是物理治療和夾板固定。類固醇注射是安全且通常有效。通過開放式或微型手術釋放腕韌帶，使正中神經得以減壓，也是一種有效的治療方法¹⁴。

手掌和手腕損傷

為了達到治療神經和肌腱撕裂的最佳效果，需要進行無張力的神經修復和安全的肌腱修復以及特定的術後康復計劃。

手部骨折的治療基準，是盡早讓傷患部位得以活動以減少僵硬情況。如果骨折不穩定，可能需要採用手術才能達致盡早活動的目標。手部和腕部的骨折（尤其是橈骨遠端和舟狀骨骨折），最理想的方案是以專用有限軟組織剝離技術進行手術，以最大限度地減少癢痕組織形成，並盡早讓傷患部位得以活動。

一般的軟組織扭傷可以用保護性支架去醫治。而滑雪者拇指創傷症和急性三角纖維軟骨複合體（TFCC）撕裂，因為這一類不能好好的自然癒合，則可能需要手術去修復。



參考文獻

1. Wojahn RD, Foeger NC, Gelberman RH, Calfee RP. Long-term outcomes following a single corticosteroid injection for trigger finger. *J Bone Joint Surg Am.* 2014 Nov 19;96(22):1849-54.
2. Rhoades CE, Gelberman RH, Manjarris JF. Stenosing tenosynovitis of the fingers and thumb. Results of a prospective trial of steroid injection and splinting. *Clin Orthop Relat Res.* 1984 Nov;(190):236-8.
3. Saldana MJ. Trigger digits: diagnosis and treatment. *J Am Acad Orthop Surg.* 2001 Jul-Aug;9(4):246-52.
4. Earp BE, Han CH, Floyd WE, Rozental TD, Blazar PE. De Quervain tendinopathy: survivorship and prognostic indicators of recurrence following a single corticosteroid injection. *J Hand Surg Am.* 2015 Jun;40(6):1161-5.
5. Draeger RW, Bynum DK Jr. Flexor tendon sheath infections of the hand. *J Am Acad Orthop Surg.* 2012 Jun;20(6):373-82.
6. Giladi AM, Malay S, Chung KC. A systematic review of the management of acute pyogenic flexor tenosynovitis. *J Hand Surg Eur Vol.* 2015 Sep;40(7):720-8.
7. Hinds RM, Capo JT, Rizzo M, Roberson JR, Gottschalk MB. Total Wrist Arthroplasty Versus Wrist Fusion: Utilization and Complication Rates as Reported by ABOS Part II Candidates. *Hand (N Y).* 2017 Jul;12(4):376-381.
8. Wong CW, Ho PC. Arthroscopic Management of Thumb Carpometacarpal Joint Arthritis. *Hand Clin.* 2017 Nov;33(4):795-812.
9. Fletcher CD, MJB, Hogendoorn P, Mertens F. WHO Classification of Tumours of Soft Tissue and Bone. WHO; 2013.
10. Carroll RE, Berman AT. Glomus tumours of the hand: review of the literature and report on twenty-eight cases. *J Bone Joint Surg Am.* 1972;54:691-703.
11. Adani R1, Tarallo L, Mugnai R, Colopi S. Schwannomas of the upper extremity: analysis of 34 cases. *Acta Neurochir.* 2014 Dec;156(12):2325-30
12. Strömberg J, Ibsen Sørensen A, Fridén J. Percutaneous Needle Fasciotomy Versus Collagenase Treatment for Dupuytren Contracture: A Randomized Controlled Trial with a Two-Year Follow-up. *J Bone Joint Surg Am.* 2018 Jul 5;100(13):1079-1086.
13. Staples R, London DA, Dardas Az, Goldfarb CA, Calfee RP. Comparative Morbidity of Cubital Tunnel Surgeries: A Prospective Cohort Study. *J Hand Surg Am.* 2018 Mar;43(3):207-213.
14. David M Dawson. Entrapment neuropathies of the upper extremities. *N Engl J Med* 1993; 329:2013-2018.

手、腕及肘部

- 腕管綜合症常見問題解答
- 手部常見的疾病

脊椎

- 腰椎管狹窄症常見問題
- 診斷腰背痛常見的問題
- 頸椎間盤突出或退化的治療方法
- 骶髂關節疼痛常見問題

肩部

- 這真是凝肩嗎？

髖部及盆骨

- 股骨髌臼撞擊常見問題
- 骶髂關節疼痛常見問題
- 髌臼異常的常見問題
- 選擇各類髖關節置換手術常見問題

膝部

- 前十字韌帶的常見問題
- 半月板再生微創手術：植入Actifit 聚氨酯支架
- 半月板常見問題解答：撕裂、修復及移植
- 生物膝關節置換手術常見問題
- 膝部關節炎常見問題
- 膝關節軟骨損傷常見問題

足部及踝部

- 拇囊炎常見問題
- 足踝微創手術
- 足踝扭傷常見問題
- 阿基里斯跟腱病常見問題

兒童骨科

- 脊柱側彎：普遍但常被誤解的疾病