

<ド・ケルバン病（狭窄性腱鞘炎）>

今回はド・ケルバン病についてご紹介します。

まず、ド・ケルバン病とは狭窄性腱鞘炎の1つで手首や親指の付根の辺りが炎症を起こし、指を広げたり、つまむなど、動かす際に強い痛みが走るものです。主な原因の1つとして、手の使い過ぎが挙げられ、昔では職業病とも言われていましたが、近年では携帯電話の普及と共に増加傾向にあるため、年齢、性別、職業に関係なく起こる可能性があり、現代病の1つとも言われています。

症状

指を動かした際の痛みと腫れがあり、炎症症状による熱感を生じることがあります。悪化をすると、箸を持てない、字が書けないほど痛みが強くなり、手首や指を動かすことが困難になる場合があります。

予防、改善、治療方法

- ①なるべく患部を安静と、休養に努める。
- ②湿布等の消炎鎮痛剤で患部の炎症を抑える。
- ③サポーターやテーピング等で手首の運動を制限する。
- ④医療機関にて温熱療法や電気治療を用いた治療を行う。
- ⑤医師と相談をして炎症を抑える効果のある注射や手術を行う。

ド・ケルバン病になってしまったらなるべく安静を心掛け、重症化しないよう治療することが大切かと思えます。痛みが引かない場合や再発してしまいお悩みの方は一度、整形外科へ受診して頂くことをお勧めいたします。