

病気の特徴や治療法解説

病気についての正しい知識を学ぶ「女性のための健康セミナー2020」(やまなし女性の健康向上委員会主催)がこのほど、甲府・山日YBS本社で収録されました。3回シリーズの1回目で、昭和町にある、さとう整形外科院長の佐藤信隆医師が、女性ホルモンと手の疾患の関係やその特徴について解説しました。同セミナーは昨年度まで、聴講者を募集して行う講演会形式で開催していましたが、新型コロナウイルスの感染拡大を考慮し、本年度は収録映像を発信する形で実施します。セミナーの映像は動画投稿サイト「ユーチューブ」で公開しています。

「手の疾患と女性」

さとう整形外科院長 佐藤 信隆 医師

人間の手は繊細で複雑な動きができることが特徴です。体のさまざまな部位の感覚と運動の神経が脳に占めている割合を表した模型では、運動と感覚の分野共に、手が最も大きく表されています。手は脳から繊細な情報を伝えられて細かい作業ができる一方、手のわずかなトラブルは、脳にすぐに伝わるようになっていきます。

手の疾患は女性に多く見られます。日本整形外科学会「整形外科学新患調査」(2012年)では、男女別新患の割合はほぼ半々ですが、私の医院では

女性が6割で、年齢は45〜59歳が突出して多いです。50歳代前半で手指関節の痛みや腫脹、変形などの症状が表れ、50歳代後半から60歳代にかけて関節の変形が多く発症しています。

エストロゲン低下が一因に

れるようになるのです。

更年期にはいわゆる更年期世代に当たります。更年期にはのぼせや頭痛、肩凝り、腰痛、しびれ、知覚過敏、関節痛、筋肉痛などのさまざまな症状が表れます。手や顔は感覚神経が密にあるため、真っ先に症状が出やすい場所になります。更年期は女性ホルモンの一つであるエストロゲンの量が低下していきま

更年期に増える炎症

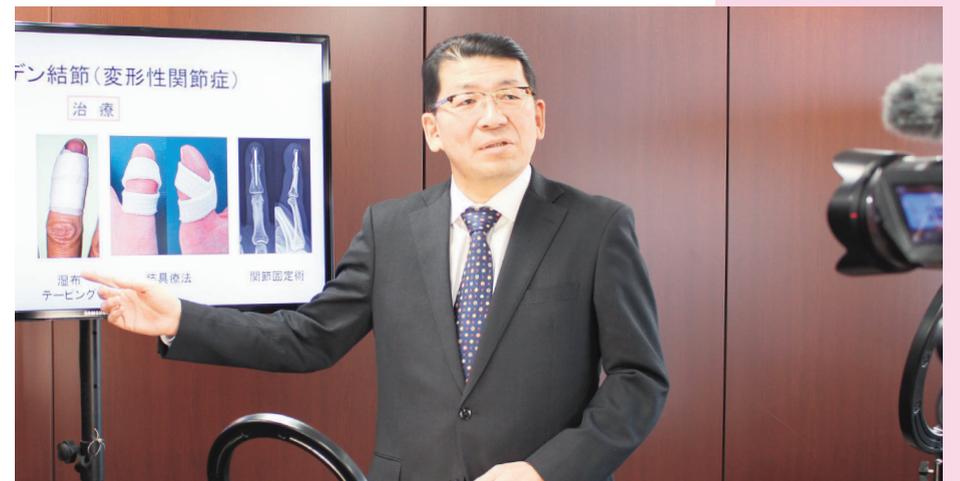
50歳代はいわゆる更年期世代に当たります。更年期にはのぼせや頭痛、肩凝り、腰痛、しびれ、知覚過敏、関節痛、筋肉痛などのさまざまな症状が表れます。手や顔は感覚神経が密にあるため、真っ先に症状が出やすい場所になります。更年期は女性ホルモンの一つであるエストロゲンの量が低下していきま

エストロゲンの急激な低下が要因の一つとされている手の主な疾患として①手根管症候群②ばね指(腱鞘炎)③ヘバーデン結節④の三つを説明します。



ゲン値は更年期以降のほか、出産授乳期、一部の乳がん治療などでも低下します。エストロゲンは生殖器や腎臓、骨、滑膜などにあるエストロゲン受容体に結合して作用します。滑膜は関節や腱に多くある組織で、エストロゲンが結合することで、関節は保護されることになり、関節はスムーズな動きができるようになっていきます。エストロゲンが減ると効果が現れず、滑膜に炎症が起きて関節や腱、腱鞘などが腫れ、手がこわばる症状が表

の使い過ぎのほか、糖尿病、リウマチ、腎疾患、外傷などでなる場合もあります。進行すると親指と人差し指で丸が作れなくなり、治療はビタミン剤内服や、夜間の装具着用による手の安静、ブロック注射、超音波治療器などによる理学療法があり、最終的には手術が必要となることがあります。



手の疾患について解説する佐藤信隆医師=甲府・山日YBS本社

さとうのぶたかさん 1999年山梨医科大学(現山梨大医学部)卒。同大整形外科医局長、同大臨床教育センター副センター長、国立甲府病院整形外科医長などを経て2020年1月に開業。医学博士。日本整形外科学会専門医、日本手外科学会専門医など。

手根管症候群

診断

病歴、理学所見、知覚検査、神経伝導速度検査

ティネル様徴候 ファーレンテスト

日本手外科学会HPより

治療

- 内服(ビタミンB12など)
- 安静
- ブロック注射
- 物療
- 手術

(佐藤信隆医師提供)

夜間のみ着用 超音波治療器

「手根管症候群」は手首にある手根管の滑膜が腫れて神経が圧迫されたり、手根管を囲む靭帯が肥厚したりすることで、親指から薬指にかけてのしびれや痛み、親指の付け根の母指球がやせてくるのが主な症状です。明け方に手がしびれ目が覚め、手をふるというしびれが抜けることが特徴です。患者は女性が男性の2〜4倍多く、妊娠や加齢、手の使い過ぎのほか、糖尿病、透析患者に多く生じます。治療法は安静、ステロイドの注射、指のストレッチなどを行います。改善しない場合は手術を行うこともあります。

「ヘバーデン結節」は指の第1関節(DIP関節)に腫脹、変形、可動域障害が見られる症状です。そのような症状が第2関節に表れると「プシヤール結節」、親指の付け根に表れると「母指CM関節症」と名付けられています。全て変形性関節症で、軟骨がすり減って膝が痛む変形性膝関節症と同じ病態です。患者の9割は女性で、そのうちの9割は更年期以降の方です。初期の段階では腫れる程度で、押すと痛みが生じます。進行するとレントゲン写真で関節の隙間が狭くなっていきます。さらに重症化すると、隙間が見えなくなり、指が大きく変形してしまいます。保存治療としては消炎鎮痛剤(飲み薬)や湿布による薬物療法、テーピング、装具療法などがあります。

パソコン、スマホで動画を見られます

セミナーの映像は山梨日日新聞広告局のユーチューブチャンネルで公開しています。約40分間の映像で、セミナーの様子を見ることができます。

3週間ほど痛みが引いてくるという報告があります。手術療法は関節固定術、関節形成術があります。関節をネジで固定する関節固定術は、力強い作業が痛みを伴わずに可能となる一般的な方法です。今回紹介したエストロゲンの低下による手の疾患に対し、大豆由来のエクオールという成分が有効であるとの報告があります。エクオールにはエストロゲンに似た働きがあり、サプリメントにもあります。含有量がポイントになりますが、早い段階で摂取すれば、重症化を防ぐことが期待されています。手の疾患にはさまざまな症状がありますが、違和感があつたらまず悩まず、医師に相談をしてください。