



## 扳機指

常常有病人抱怨他的手指用力彎曲後無法伸直，必需用另外一手去扳才能伸直，且在手指掌側基部可摸到一粒會疼痛的硬塊，這便是所謂的扳機指。

### 韌鞘發炎

人的手指在掌側有一負責手指彎曲的屈指肌腱，此肌腱上有一橫向的韌鞘附著於上，就像窗簾桿上有吊環一樣，可限制肌腱的活動，但當手指過度運動後，會造成此韌鞘的發炎，進而形成韌鞘肥厚，因此在手指彎曲時便會有卡住的現象，且會有一壓痛的腫塊形成，要用另一手去扳才會伸直，有如扣扳機一樣，因此叫做扳機指。

### 治療

扳機指好發於大姆指，其他手指均有可能，常是因工作過度活動手指造成。

- 在初期只是手指掌側基部疼痛，只是輕微肌腱炎；治療上只需用一些消炎藥膏塗抹，及休息便可緩解。
- 時間較久且保守治療無效者，可在局部施打類固醇，常可一針見效；但如已有硬塊產生，會建議病人手術將肥厚的韌鞘切開，便永不再發。

### 先天性扳機指

此種病也可見於小孩子拇指，通常兩手都會發生，會使小朋友拇指無法伸直，我們稱為先天性扳機指，一般在 1 歲後要手術治療，以免影響日後手指發育及功能。

綜合而論，扳機指是一種因肌腱過度活動引起的發炎反應，善待自己的手，避免過度使用。

若有任何疑問，請不吝與我們聯絡  
電話：[\(04\)22052121](tel:(04)22052121) 分機 3207

中國醫藥大學兒童醫院