



特にボールを使うスポーツでは、ボールで突き指をしたりボールが強くあたって指をひねったりする事がしばしば発生します。その時、多くのプレイヤーは指の突き指、捻挫と思い、冷やして様子を見ている事が多いようです。しかし、様子を見るのも数日程度、それ以上経っても指の動きが悪い・変形している・関節部の腫れが引かず痛い等の症状が残る場合は整形外科を受診することを勧めます。なぜなら、その中に骨折や靭帯損傷などが潜んでいることが多いからです。その場合は手術をしなくてはいけないものもあり、放っておくと指の動きが悪くなったり、変形が残ったり、痛みが残ったりする事があります。

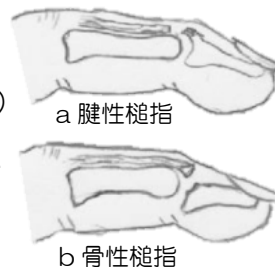
今回は槌指と母指 MP 関節尺側側副靭帯損傷の2つのけがについて紹介します。

つち ゆび
槌 指

一般に皆さんが言われる第1関節は、医学用語では遠位指節間関節（DIP関節）と言います。いわゆる指先にもものがあたって後にDIP関節を曲げることができるが完全に伸ばすことができない状態を槌指（マレット指 mallet finger）と言います。

●原因

末節骨（一番先の指の骨）の付け根に曲げるスジ（屈筋腱）と伸ばすスジ（伸筋腱）がついており、これでDIP関節を曲げたり伸ばしたりしますが、伸筋腱がついたところで切れる（腱性槌指 図のa）、又は腱に引かれて末節骨がはがれるように骨折をする（骨性槌指 図のb）事によって槌指になります。



●治療法

腱が切れている場合は装具（マレット装具）で6週から2ヶ月間固定する、または鋼線で一時的に関節を固定する方法をとる事が多いです。保存的治療では高年齢で曲がった変形の角度が大きい場合は、治療後も関節をしっかり伸ばせないことがあり、手術（切れた腱を縫い合わせる、長さが足りないときは腱の長さを増やして縫い合わせるなど）を行うこともあります。手術の場合、手術後に指が曲げにくくなる事もあります。

腱とともに末節骨が骨折した場合は手術をする事が多いです。鋼線で骨を挟み込むように止める方法（石黒法）、スクリューで止める方法の2つがありますが、石黒法がよく行われている方法です。骨折の場合はけがをして時間が経っても骨がつく場合があります。けがをして6週間で手術して骨がついた人も経験しています。

母指 MP 関節尺側側副靭帯損傷（スキーヤー母指〈Skier's Thumb〉）

●原因

親指が強く外転（外側に開く）される時に起こります。たとえば スキーのストックを持って転倒して手をつく、重たいボールが親指にあたり親指が外転する時などに生じます。

●症状と治療法

母指の中手骨基節骨間関節（MP関節の先のDIP関節より頭側にある関節）の靭帯が切れる場合と骨が靭帯とともにのはがれる骨折（剥離骨折）を生じる場合があります。

靭帯が切れた場合はその上にある筋肉の腱膜上に靭帯の切れはしが乗り上げ、そのまま放置した場合、靭帯がつかなくなり大きな不安定性が残ることがあります。靭帯損傷の60～80%にこのような事が起こると言われています。

骨折の場合は骨折部のずれが大きいことが多く、このケガの場合は診察の結果、必要と診断されれば手術を受けたほうが良いと思います。母指をケガしたとき MP 関節部の示指側が腫れて痛く、親指と人差し指でものをつかもうとしても力が入りにくいときは、整形外科に行く事を勧めます。

