

曲がった手の指回復は

70代女性。昨春ごろから右手中指の第1関節が曲がって痛むようになり、整形外科（手の外科）で「ヘバーデン結節」と診断されました。お箸やペットボトルが持ちにくく、趣味のピアノを弾けなくなりました。どの程度回復するでしょうか。

（神奈川県・F）

Q ヘバーデン結節と使い方、ホルモンの変化などが関係していると考えられています。症状が

A 手の指の第1関節が腫れや変形を伴って痛み、小さな水ぶくれができることもあります。更年期以降の女性に多く、加齢や遺伝的要因、手の

Q 痛みの原因は。
A 軟骨がすり減って

答える人



ただ かおる
多田 薫さん

金沢大学病院（整形外科）

金沢市

関節の隙間が狭くなると、関節の周囲に骨のトゲ（骨棘）ができます。骨棘による刺激や関節内の炎症が痛みの主な原因です。進行すると関節の変形が目立ち、関節の動きが悪くなります。

Q 治療法は。

A 手指の使い方指導や、のみ薬や湿布薬などのほか、テーピングや装具で関節を安静にして炎症を鎮めます。装具の「ヘバーデンリング」は簡単に着脱でき、テーピングのように頻繁な巻き直しや水ぬれを気にしなくていいです。痛みが強

い人には関節内にステロイドを注射します。炎症が強くない時期は手指の曲げ伸ばしで関節の動きを保つことも大切です。

Q 手術で治りますか。

A 骨棘などの切除手術や、第1関節の固定手術などがあります。変形した関節は元には戻せません。痛みは時間の経過とともに和らぐことが多いです。手術が必要な人は少数です。日常生活や趣味を制限しないで済むよう整形外科医にご相談ください。（聞き手・南宏美）

（どうしました）

「どうしました」は原則隔週で掲載します。質問は連絡先を明記し、メールはkenko@asahi.com、ファクスは03・3542・3217。郵送は〒104・8011 朝日新聞くらし科学医療部へ。