

康復

病人的手掌感到疼痛是常見現象，將手高舉至心臟以上能有助減輕腫脹和痛楚。康復一般需時數星期，但腫脹和僵硬則或需6個月方能復原。如病人的手指於手術前已略為僵硬，物理治療和手指運動能有助放鬆。

養和骨科及運動醫學中心

跑馬地

養和醫院

香港跑馬地山村道2號李樹芬院2樓

電話：(852) 2835 7890

傳真：(852) 2892 7517

osmc@hksh-hospital.com

www.hksh-hospital.com

辦公時間

星期一至星期五：上午十時至下午六時

星期六：上午十一時至下午三時

星期日及公眾假期休息

敬請預約



扳機指



查詢或預約，歡迎聯絡我們

扳機指

「扳機指」，亦稱「彈弓指」或「屈指肌腱腱鞘炎」，患者其中一隻手指卡在屈曲位置，伸直時手指發出聲響，就像扣手槍扳機，拉直到一定程度便會突然放鬆一樣。當手指肌腱發炎，令包圍肌腱的肌腱鞘的空間變窄，便形成扳機指。情況嚴重者，手指可能會屈曲攣縮。

成因

從事重複性抓握工作或愛好者是患上扳機指的高風險人士。婦女亦較易患有扳機指，而類風濕性關節炎亦會導致扳機指。

病徵

扳機指的病徵會由輕微演變成嚴重，包括：

- 手指僵硬，特別在早上
- 手指活動時會發出「劈啪」或「咔嚓」聲
- 患指底部的手掌位置會疼痛或腫脹（結節）
- 手指卡在彎曲的動作，然後突然彈回伸直的狀態
- 手指卡在彎曲狀態，無法伸直

扳機指較常發於拇指、中指和無名指，亦可能同時發生在多隻手指，而且雙手均可能患有扳機指。

診斷

醫生會根據患者的病史和體格檢查作出診斷。進行體格檢查時，醫生會讓病人開合手掌，檢查痛楚範圍、動作的流暢度和手指卡住的情況。醫生亦會觸摸患者的手掌，檢查是否有結節硬塊。

治療

治療扳機指會按嚴重程度和患病時間長短而定。

- **藥物**：非類固醇消炎止痛藥或可舒緩痛楚
- **傳統非入侵性治療**：休息及避免進行須重複抓握或握緊的動作，或長時間使用會震動的手持機器
- **冷敷或熱敷**：部份病人每日冰敷手掌數次會有改善，而部份病人則認為暖水浸泡可緩解病情
- **伸展運動**：醫生亦可能建議病人進行溫和的運動，以助維持手指的靈活性
- **類固醇注射**：在腱鞘或附近位置注射類固醇藥物可減輕腫脹，令肌腱可再靈活活動

手術程序

如情況嚴重或傳統治療未能起作用，醫生或會建議手術治療。手術旨在鬆開通道，讓肌腱可更容易活動。病人進行這項手術一般無須留院過夜。大部份病人進行手術時須接受手部局部麻醉，醫生會在患指下方開一個切口，把造成肌腱緊縮壓迫的腱鞘切開。大部份患者的手指可在手術後立即活動。

常見風險及併發症

- 傷口感染、粘連、留有疤痕和術後疼痛
- 復發

