

นิ้วล็อค

โดย ไทยรัฐออนไลน์ <http://www.thairath.co.th/content/576013>



เกิดขึ้นเมื่อการเคลื่อนไหวของข้อมือถูกจำกัด ทำให้รู้สึกเหมือนการเคลื่อนไหวของข้อมือติดขัด

สาเหตุ

เส้นเอ็นกล้ามเนื้อที่ควบคุมการเคลื่อนไหวของข้อมือจะเลื่อนไปมาได้โดยผ่าน "อุโมงค์" ที่ช่วยให้เส้นเอ็นอยู่ในตำแหน่งระหว่างที่มีการเคลื่อนไหว

เมื่อมีการระคายเคือง เส้นเอ็นอาจจะหนาตัวมากขึ้น และทำให้เส้นเอ็นเคลื่อนผ่าน "อุโมงค์" ดังกล่าวได้ยากมากขึ้น รวมถึงอุโมงค์ที่ช่วยรักษาตำแหน่งของเส้นเอ็น มีการหนาตัวมากขึ้นทำให้รูลอดมีขนาดเล็กลง

เมื่อคุณงอนิ้วมือ เส้นเอ็นที่หน้าตัว (ลูกศรสีแดง) อาจจะตึงได้ ทำให้นิ้วของคุณเหยียดออกไม่ได้ และเมื่อคุณออกแรงมากขึ้นก็จะ "ตึง" ออก ทำให้เส้นเอ็นสามารถ "ตึง" ได้เป็นครั้งคราว เมื่อคุณออกแรงเพิ่มอีกนิดคุณอาจจะรู้สึกได้ว่านิ้วมือมีการ "ตึง" ออกได้ เมื่อเส้นเอ็นนั้นสามารถลอดผ่านรูได้สำเร็จ

ซึ่งพบว่าผู้หญิงนั้นมีโอกาสเกิดโรคได้มากกว่าผู้ชาย โดยจะพบมากในอายุ 40-60 ปี และมักเกิดขึ้นในผู้ป่วยเบาหวาน หรือเป็นโรคปวดข้อรูมาตอยด์

อาการ

อาการของนิ้วล็อคอาจจะเกิดขึ้นได้โดยที่ไม่เคยมีการบาดเจ็บที่มือมาก่อน อาจจะมีอาการเหมือนมีก้อนที่กดเจ็บใต้ฝ่ามือ รู้สึกเหมือนนิ้วตึงเวลางอแล้วเหยียดออก และพอออกแรงเพิ่มอีกนิดก็ตึงออก ถ้าคุณไม่ขยับนิ้วมือเลยอาจมีอาการข้อตึงได้ ถ้าอาการรุนแรงนิ้วอาจไม่สามารถเหยียดออกได้เลย บางครั้งอาจเป็นมากกว่า 1 นิ้ว โดยเฉพาะผู้ป่วยเบาหวาน มักจะเป็นหลายนิ้ว

ข้อควรรู้เกี่ยวกับ
“นิ้วล็อค”



การวินิจฉัย

แพทย์สามารถวินิจฉัยได้โดยการตรวจมือของคุณ ไม่จำเป็นต้องรับการตรวจพิเศษอย่างอื่น ไม่จำเป็นต้องเอกซเรย์

การรักษา

การใช้ยา ถ้าอาการไม่รุนแรง การพักผ่อนก็ช่วยได้ ยาแก้ปวดอาจสามารถซื้อได้จากร้านขายยา แพทย์อาจใช้วิธีการฉีดยาจำพวกสเตียรอยด์เข้าไปที่มือของคุณ ซึ่งช่วยได้ชั่วคราวและอาจจำเป็นต้องฉีดยาหลายครั้ง

การผ่าตัด

นิ้วล็อกไม่ใช่โรคที่อันตราย ให้คุยกับแพทย์โรคกระดูกและข้อ ถ้านิ้วของคุณติดแล้วไม่สามารถเหยียดออกได้ แพทย์อาจแนะนำให้ผ่าตัด

เป้าหมายของการผ่าตัดคือเพื่อขยายอุโมงค์ เพื่อให้เส้นเอ็นสามารถเลื่อนผ่านไปมาได้สะดวกมากขึ้น การผ่าตัดทำโดยผ่านทางบาดแผลลงไปที่ฝ่ามือใกล้กับนิ้วมือ โดยทั่วไปแล้วคุณสามารถขยับนิ้วได้ทันทีหลังผ่าตัด

ภายหลังการผ่าตัด

อาจมีอาการปวดมือได้ แต่ให้ยกมือขึ้นสูงหลังผ่าตัด ก็จะช่วยลดบวมได้ ภายใน 2-3 สัปดาห์ก็จะหายเป็นปกติ ถ้าคุณมีข้อติดให้ทำกายภาพบำบัด

สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม

โทร. 0-2421-3870 (เวลา 08:00 - 22.00 น.)

Hot Line 1645 กด 1 หรือ 0-2487-2000 ต่อ

7470-1 เปิดบริการทุกวัน

Email: th@thonburihospital.com

<http://www.thonburihospital.com>



