

8. 請依醫師指示服藥，約8~12週可恢復正常生活工作。

9. 一般均採用門診手術。



地址：高雄市824燕巢區角宿里義大路1號

電話：07-6150011

網址：edah@edah.org.tw

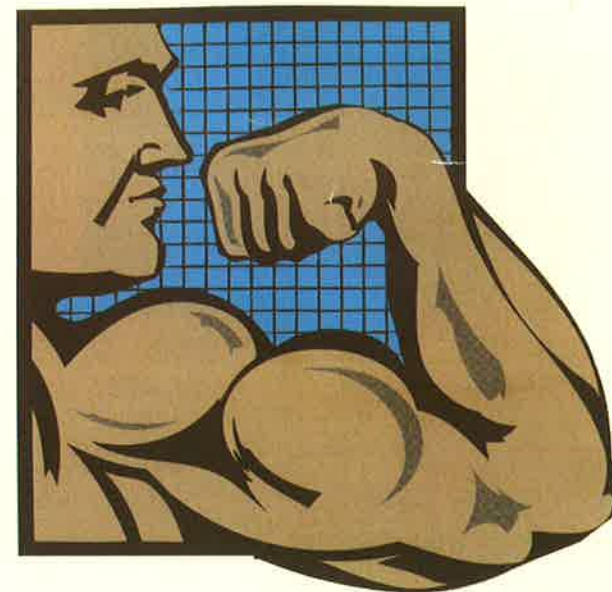
本著作權非經著作權人同意不得轉載翻印或轉售

著作權人：義大醫院

表單編號：HA-1-0102(2)

義大醫院 20X29.7cm 2014.09印製 2011.05修訂

腕隧道症候群



腕 隧 道 症 候 群

一、前言：

腕隧道症候群是常見疾病，由於腕部的屈肌側腕束帶壓迫正中神經，造成腕部及手掌感覺麻木及疼痛。



二、發生原因：

發生原因不明，但任何可能增加腕隧道壓力的情形，都會引起症狀，如：類風濕性關節炎、懷孕、甲狀腺低下、末端肢體肥大、腱鞘囊腫、肌腱炎、血液透析、糖尿病、手腕需做重複性工作，如：木匠、打字員、裁縫。

三、症狀：

患者常是中年女性，或長期用手做費力工作的人。典型的症狀為清晨被手部脹痛感

痛醒。痛覺及麻木感分布在手部正中神經支配的區域，通常包括手腕、手掌及前三指、甚至偶會輻射到近端的前臂、肩、頸、胸部。患肢在早晨會感到沉重而麻木，患者通常會甩甩手，起身活動一下，或把手浸泡於溫水中，以期儘快解決不舒服的感覺。早期的檢查通常不會有異常發現，到晚期患側手部會麻痺，手掌及手指肌肉會萎縮。約百分之七十的病人，只要將手腕彎曲一分鐘，就會有麻木或脹痛的症狀出現，或變得更明顯。

四、治療：

* 保守治療：

1. 注射類固醇於腕隧道中。
2. 口服抗炎症藥物。
3. 使用手腕護具將手腕呈 10° ~ 20° 背屈曲的姿勢。
4. 以上治療通常能暫時緩和症狀，但無法達到根治的效果。

* 手術治療：

於腕隧道作“韌帶切開減壓術”，可永久緩解疼痛。手術採局部麻醉，傷口位於手腕掌側，約1.5公分，手術時間約20分

鐘。術後肌肉的力量應可逐漸恢復，除非肌肉萎縮已很明顯或很久。

* 手術後注意事項：

1. 術後即可進食。
2. 手術後患側手腕會以彈性紗卷包裹，並使用手腕護具，期間請依照醫師指示，勿自行拆除。
3. 注意手指感覺異常之症狀（如麻木、無力）是否改善。
4. 手腕護具固定外的手指關節可自由活動，並持續抬高患肢以避免局部水腫。
5. 每日換藥，一日1~2次，傷口應保持乾燥，視傷口癒合情形，約10至14天後可拆線。
6. 拆線後，手腕應保持手腕護具所固定的姿勢（一般以手的自然休息姿勢為佳），固定的時間約需一個月左右。
7. 移除手腕護具後，應盡早並漸進增加手部肌肉、腕部和手指關節之伸展活動，以預防神經粘連。