

整形外科だより

ヘバーデン結節 夏号

症状

人差し指から小指にかけて第1関節が赤く腫れたり、曲がったりします。痛みを伴うこともあります。親指にもみられることもあります。第1関節の動きも悪くなります。また、痛みのために強く握ることが困難になります。第1関節の近くに水ぶくれのような透き通ったでっぱりができることがあります。



原因

原因は不明です。一般に40歳代以降の女性に多く発生します。手を良く使う人にはなりやすい傾向があります。遺伝性は証明されてはいませんが、母や祖母がヘバーデン結節になっている人は、体質が似ていることを考慮して、指先に負担をかけないように注意する必要があります。

予防

第1関節が痛むときは安静にしましょう。痛くても使わなくてはならないときは、テーピングがお勧めです。普段でも指先に過度な負担が生じることを避けましょう。



気になる症状のある方は、整形外科外来の受診をおすすめします

