



# 高雄市立小港醫院(委託高雄醫學大學經營)

## 認識腕隧道症候群(CTS)

### 一、何謂腕隧道症候群

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所造成臨床症狀。

### 二、造成腕隧道症候群原因

1. 長時間及重複性手指抓握或腕關節過度屈伸、扭轉之動作、過度使用手腕負重或震動工作，如：騎車、打字、做家事、洗衣、擰抹布等，這是最常見的原因。
2. 疾病所引起，如：痛風、糖尿病、類風濕性關節炎、洗腎或甲狀腺機能低下的患者。
3. 骨頭關節變形造成狹窄，如：骨折、脫臼或關節炎。

### 三、腕隧道症候群有什麼症狀

1. 會有麻、刺痛，甚至無力狀，最常發生在大拇指、食指、中指及一部分的無名指。初期時休息會好轉，後期時常整天麻木，嚴重時會在半夜被麻痛醒。
2. 手部緊繃腫脹，難以抓握或執行精細動作。
3. 觸覺喪失、手掌肌肉(大魚際肌)萎縮。

### 四、如何診斷

1. 通常從基本病史、手部觸壓、敲打、彎曲等理學檢查。
2. 神經傳導及肌電圖檢查為確定診斷的方法。

### 五、治療方法

1. 保守治療方法
  - a. 腕隧道症候群病人要減少手腕使用量，避免長時間抓握東西。
  - b. 配戴手腕副木固定。

c. 口服類固醇與局部類固醇注射皆能有效改善症狀。

d. 物理治療則可選用震波與雷射治療。

2. 正中神經減壓手術：腕隧道治療要趁早，如保守療法效果不彰時，以手術切開橫腕韌帶則是最終的治療方法。切開橫腕韌帶可以幫神經爭取較大較寬鬆的空間，改善壓迫情形。

## 六、手術後注意事項：

1. 注意手指感覺有無異常及麻痛感是否改善。
2. 局部冰敷使用、抬高患肢高於心臟的位置，避免局部水腫。
3. 保持傷口乾燥及清潔，注意傷口有無紅、腫、熱、痛等情形。
4. 依醫囑開立止痛劑服用。

若有任何問題請洽：(07)803-6783 轉 3708 或 3709 (7N 病房)

**小港醫院骨科病房關心您**