

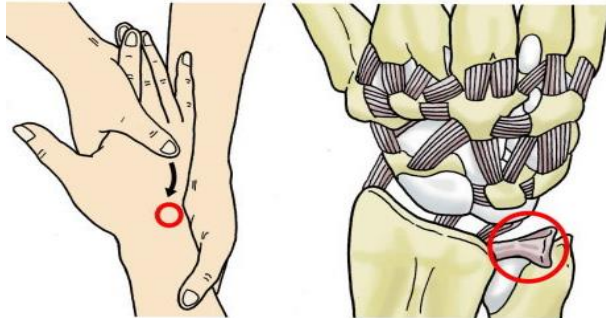
## スポーツ障害 ～手指～

【起こしやすい障害】

### ・TFCC 損傷

転倒して手首をついた時、手首を強くねじられた時や手首を繰り返し捻るスポーツによって三角線維軟骨の一部が損傷します。症状は手首のつけねの小指側の鈍痛、引っかかり感です。時には手首の中でコリッという音がしたり、何かはさまった感じで手首が動きにくくなったりします。

治療としては、症状や状態に合わせて、外固定やサポーター、テーピングなどを行います。



### ・槌指【マレットフィンガー】

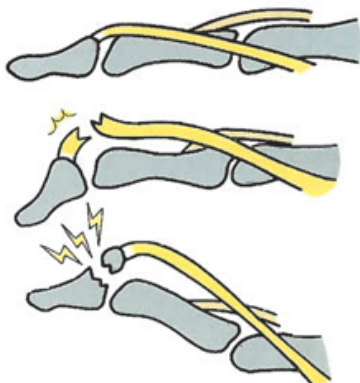
ボールや人体などによって強い力が加わり、指の第1関節が過度に曲げられるときに発生します。指を伸ばすのに使われる腱が切れたり、腱の付着部の骨が剥離したりすることで、関節が曲がったまま戻せなくなるのです。

最も典型的な症状は、指先の関節を完全に伸展させることができなくなることです。そのため、指先だけが曲がった独特の形になります。

病態として2つのタイプがあります。

1つは指を伸ばす伸筋腱が切れたために生じるもので、腱性マレット指と言います。もう1つは、第1関節の関節内の骨折が生じ、伸筋腱がついている骨が関節内骨折を起こしてずれた状態になったもので、骨性マレット指と呼ばれます。

治療法は、病態や受傷後の経過期間によって異なります。腱性マレット指では、一般に装具などの保存的療法が行われます。骨折を伴う骨性マレット指の場合には、手術を必要とすることがあります。



正常

2つのタイプがあります。

腱断裂

指を伸ばすスジ（腱）が切れた状態

骨折を伴うもの

スジ（腱）がついている骨の一部が折れた状態

