安井鍼灸整骨院 NEWS VOL. ６３（１２月）

こんにちは。安井鍼灸整骨院です。今回は、ヘバーデン結節についてです。

指の第１関節（DIP 関節）が変形し曲がってしまう原因不明の疾患です。第１関節の背側の中央の伸筋腱付着部を挟んで２つのコブ（結節）ができるのが特徴です。この疾患の報告者ヘバーデンの名にちなんでヘバーデン結節と呼ばれています。いろいろな程度の変形があります。すべての人が強い変形になるとは限りません。

注：ここでは、一般的な呼び名として DIP 関節（遠位指節間関節）を第１関節と呼んでいます。

症状

示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。母指（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。これをミューカスシスト（粘液嚢腫）と呼びます。

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。

病態

第１関節の所見は X 線（レントゲン）所見や手術所見から見ても変形性関節症です。第２関節（PIP 関節）に生じる類似疾患にブシャール結節があります。関節リウマチとは異なります。

診断

第１関節の変形、突出、疼痛があり、X 線写真で関節の隙間が狭くなったり、関節が壊れたり、骨棘（こつきょく）があれば、ヘバーデン結節と診断できます。

治療

ヘバーデン結節の治療は、安静と対症療法（保存治療）が中心となります。腫れや熱感があれば、患部を冷やしたり、軽くマッサージを行ったり、テーピングや装具などにより関節の安静を保つ（無理をさせない）ことで痛みを軽減させることはできます。また、痛みが強い場合は漢方や消炎鎮痛剤を飲んだり外用剤（湿布や塗り薬）を使ったりします。ヘバーデン結節は、先ほども述べましたように、多少個人差があるものの、数か月～数年のうちに痛みは落ち着くことが多いので、手術に至ったり希望される患者さんは多くありません。ただ進行予防として炎症を早期に沈静化させることも重要で、更年期障害などのホルモンバランス変化に対するサプリメントや、体調や循環改善目的の漢方、局所の炎症を早期に改善させるステロイド注射なども一緒に検討します。手術は、

変形が進行して痛みが消えなかったり、日常生活に支障をきたしたりした場合は行うこともあります。手術法としては、でっぱった骨（結節部、骨棘）や水ぶくれ（嚢胞）を切除する関節形成術や、傷んだ DIP 関節（1 番指先の関節）のグラつき（不安定性）を改善させる関節固定術が一般的に行われています。関節形成術は外観も改善しますし、関節固定は最も使いやすい位置で固定し、痛みも無くなります。膝関節や股関節などの下肢関節に対して、進行してしまった変形性関節症には、人工関節置換術が一般的に行われております。

ヘバーデン結節のテーピング

安井鍼灸整骨院　０７８－９９５－９４６１　新患の方は、来院前に予約の御協力をお願いします。
9：00～12：00　16：00～21：00(月～金)　８：３０～13：00　16：00～20：00(土)
駐車場正面に２台　キッズスペースあり　夜２０：３０まで受付　詳しくは HP をご覧ください。
兵庫県明石市大久保町大窪１９２１番地の１クレージュ山手１０１号(カラオケまねきねこ横)