

淺談小兒扳機指

◎嘉義長庚兒童骨科主治醫師 沈世勛

扳機指是手指屈肌的肌腱和腱鞘大小不匹配，導致手指要伸直時產生阻力或卡在腱鞘狹窄處無法伸直。因伸直過程中產生彈響聲，類似扣扳機的情形，因而叫扳機指，亦稱彈響指。

在成人，扳機指多是因手指過度使用，使得肌腱和腱鞘磨擦發炎，造成肌腱在手指基部形成結節，是屬於一種狹窄性腱鞘炎。因此在手指基部摸到結節是診斷扳機指的特徵。

在小朋友的扳機指和大人不同的是，似乎沒有發炎的成分存在。扳機指不會遺傳，小兒扳機指盛行率約為每1,000個活產會有3個產生，而姆指的發生機率又較其他指高。其中雙側扳機指的機率約為30%。扳機指可單獨發生而沒其他合併症狀，但有部分先天性上肢異常會合併扳機指的發生。

治療方式包括觀察、支架治療及手術治療。依國外學者 Dianham 及 Meggit 的報告，約有30%的病人會自動恢復，但如果症狀超過6個月，自動恢復的機會則下降至12%。支架治療包含拉筋及指套的使用。拉筋的方法是大人一手捏住小朋友的遠端指節，一手捏住近端指節，保護掌指關節免於受力，然後將彎曲的手指扳直。建議拉筋一日三至數回，一回3分鐘左右。而指套則是在將

拇指扳直後佩戴，使指間關節維持在完全伸直的狀態（比「讚」的姿勢）。剛開始的前兩星期，建議全日佩戴，之後才減少佩戴的時間。如果後來復發，則須重新全日佩戴兩週再逐漸減少佩戴的時間。以長庚醫院發表在國際期刊的治療經驗，支架治療成功率71%，比其他保守療法或觀察的22%為佳，而且就算支架治療失敗的病人，接受手術治療仍有良好的結果。

手術治療為將腱鞘狹窄處切開，使肌腱結節不再卡住。通常為保守治療無效採取的治療方式。而局部注射類固醇的方法多是用於治療成人的扳機指，不適合用在小朋友的扳機指，而且效果也不佳。👄



▲扳機指（姆指）造成手指無法完全伸直