

นิ้วล็อก

Trigger finger

สาเหตุ เกิดจากความไม่สมดุลกันของขนาดเส้นเอ็นและรูที่ปลอกหุ้มเอ็น บริเวณฐานของนิ้วมือ (A1-pulley) ทำให้เส้นเอ็นเคลื่อนผ่านปลอกหุ้มเส้นเอ็นที่หนาขึ้นนี้ด้วยความยากลำบาก มีการเสียดสีทำให้เกิดอาการปวด หรือติดล็อกได้ มักเกิดกับผู้ที่ใช้งานมือในลักษณะเกร็งนิ้วบ่อย ๆ



อาการ



ปวดโคนนิ้วมือ เวลากดจะรู้สึกเจ็บข้อโคนนิ้วมือ



นิ้วมีการสะดุด (Triggering) เวลา งอ หรือเหยียด



งอนิ้วไม่ได้ หรืองอได้แล้วนิ้วติด

เหยียดไม่ออกต้องช่วยจ้ำงออก



นิ้ววมติดอยู่ในท่างอเล็กน้อย ไม่สามารถเหยียดให้ตรงได้

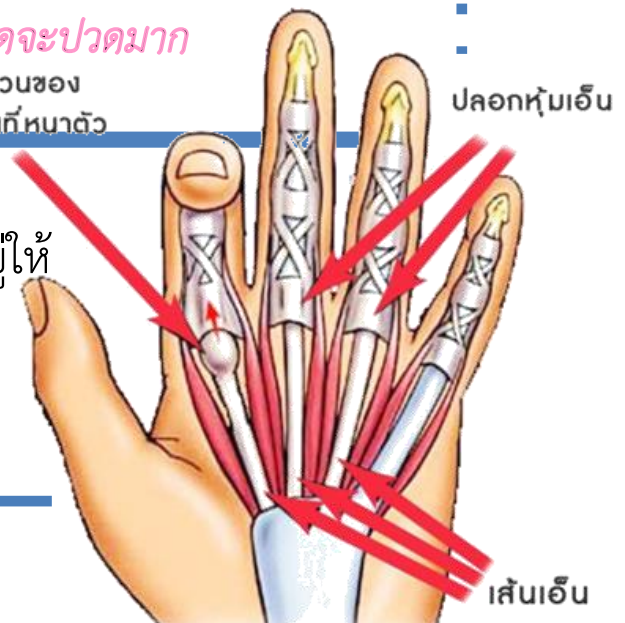
ถ้าใช้มือมาช่วยเหยียดจะปวดมาก

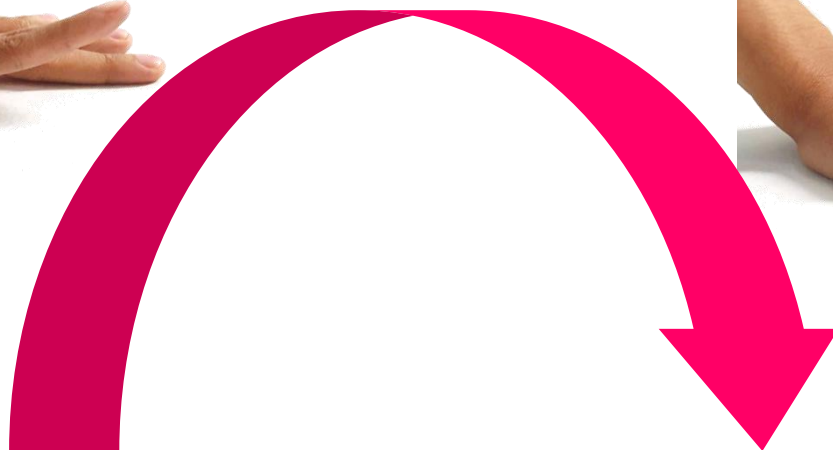
ส่วนของ
เอ็นที่หนาตัว

ปลอกหุ้มเอ็น

ผ่าตัด

ปลอกหุ้มเส้นเอ็นที่หนาอยู่ให้เปิดกว้างออก เพื่อให้เส้นเอ็นเคลื่อนผ่านได้โดยสะดวก





การออกกำลังกายนิ้วมือ

Hand exercises

