

できるだけ長く、気持ちよく
手指を使い続けるための

手のお話

EP 5

指の変形性関節症

(ヘバーデン結節、ブシュール結節)には

痛みや変形を防ぐ

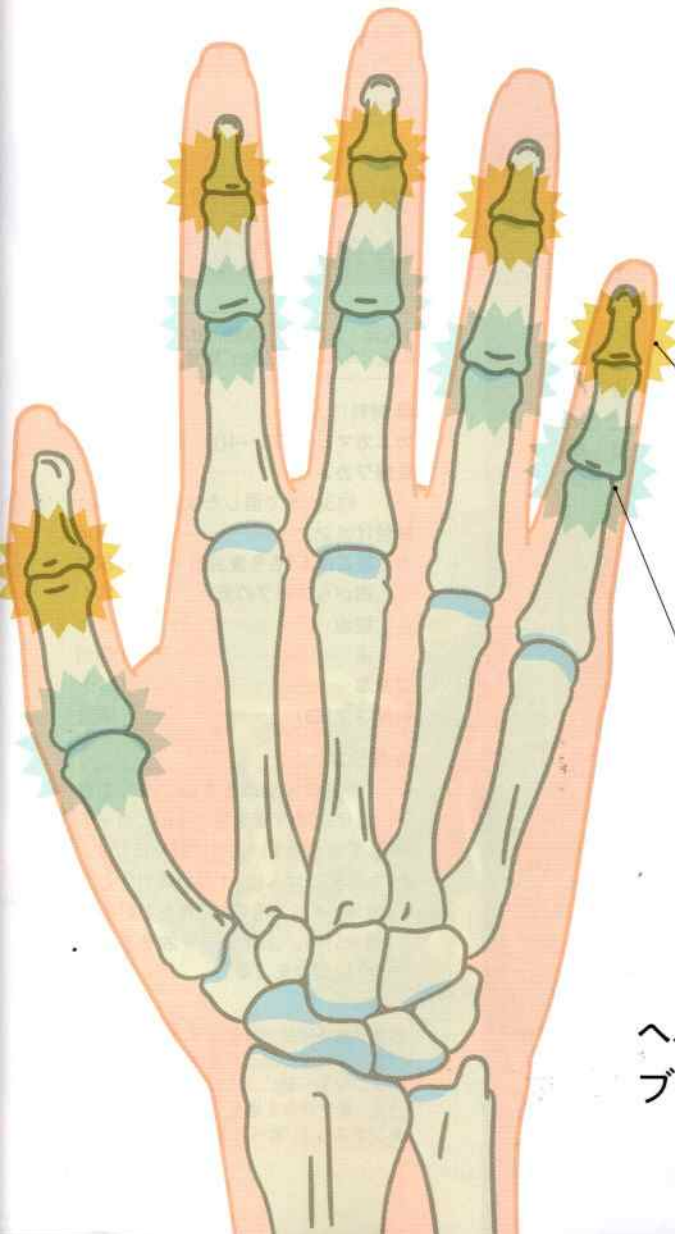
ケアがある

つまむ、握るといった動作時の痛みや指の腫れなどから始まり、進行すると指が変形してしまうヘバーデン結節やブシュール結節。早めの対策で進行を防ぐことが可能です。早速始めましょう。

取材・文/やまきひろみ イラスト/内山弘隆
デザイン/mill inc. 構成/白澤淳子(編集部)

指の関節が腫れる、指を曲げにくい、ものをつまんだり、握ったりする動作のときに痛みが出る……。こうした症状がある場合は、指の変形性関節症が疑われる。何らかの要因で関節の表面を覆う軟骨が削られ、関節に炎症を起こして次第に骨が変形していく疾患だ。進行すると指先が曲がったり、雑巾を絞ったりする動作が困難になるなど、日常生活に支障をきたしやすい。

いずれも初期の段階では腫れや皮膚の赤み、痛みなどの症状が表れ、そのままにしておくと数年かけて変形が進んでいく。ヘバーデン結節やブシュール結節を患う人は多い。手外科専門医の田中利和さんが院長を務める柏Handクリニックでも「受診する人の約6割を占めています。ヘバーデン結節とブシュール結節では8対2の割合で、ヘバーデン結節のほうが多い。ヘバーデン結節とブシュール結節を両方発症する人もいます。いずれも男性より女性のほうが発症率が高い。田中さんの調査では女性患者が8割以上に及ぶ。また、40代以降から年齢とともに患者数が増加し、65歳以上の高齢者の有病率は50%以上



第1関節に起こる

ヘバーデン結節

手指の第1関節(DIP関節)の軟骨がすり減り、変形や屈曲、腫れ、痛みなどが生じる疾患。ペットボトルのふたの開け閉めなど、ものをつまむ動作で痛みが出やすい。強く握れなくなることもある。変形が進むと指先が横を向いたり、動きが悪くなったりする。



第2関節に生じる

ブシュール結節

手指の第2関節(PIP関節)に変形や屈曲、腫れ、痛みなどが生じる疾患。ヘバーデン結節とは発症する関節が異なるだけで、症状の表れ方や進行の仕方はほとんど変わらない。ヘバーデン結節とともに、痛みの有無や変形の程度には個人差がある。誰でも変形するとは限らない。



写真提供(4点)/柏Handクリニック
写真とレントゲン写真は別の人のもの

ヘバーデン結節、 ブシュール結節の特徴

結節とは、しこりやこぶを意味する。ヘバーデン結節、ブシュール結節ともに変形が進むと、関節の背側の中央にある腱の付着部を挟んだ両脇がこぶのように盛り上がってくる。