

指先の腫れは、ヘバーデン結節という変形性関節症です

はじめに

指先が腫れてきたけどたいしたことないから放っておいたの、でも最近痛くなってきちゃって、変形が強くなってきちゃって、水ぶくれができてきちゃって…という女性が結構多くいると思います。これは指先の関節、遠位指節間関節（DIP 関節）に起こる骨の変化（変形性関節症）によるもので、主に 50 歳代以降の女性に多く発症し始めます。その有病率は無症状の人も含めると 50%以上とも言われています。原因は手を酷使する家族性（遺伝性）や職業など、他にも様々なものが言われ研究されていますが未だ不明な点が多いようです。この指先の関節に生じる変形性関節症をヘバーデン結節といいます。

ヘバーデン結節の症状と診断

関節(骨)の変形を生じる疾患ですが、症状は様々です。痛みが強い、水ぶくれ（粘液嚢腫）ができる、また変形が強くなって動きが悪くなる、などがあり、またその症状は変化していきます。

診断は外見とレントゲンで、骨の変形を確認します。

ただ、レントゲンによる変化はごく軽度で症状が先に出ることもあります。そして多くの場合で左右対称、多指に生じます。



（粘液嚢腫）

また、近位指節間関節（PIP 関節）にも変形性関節症が起こることもあり、これはブシャール結節といいヘバーデン結節の約 20%に合併するといえます。よく、「関節リウマチとは違いますか?」と聞かれますが、基本的には変形の仕方やレントゲンの変形の仕方が関節リウマチとは異なります。変形した部位にできる水ぶくれは粘液嚢腫といって、関節周囲の炎症のため、できるものです。基本的には穿刺をしても改善はしません。穿刺しすぎると感染したり、きれいに治らなくなったりするので注意が必要です。

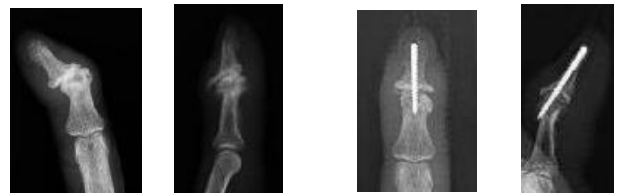
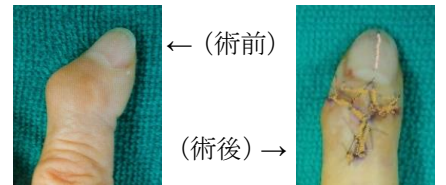
治療法

①保存的加療

発症初期の強い痛みに対しては装具療法などによる保護・安静と痛み止めの使用になります。装具は指先にはめるキャップのようなもので、炎症が強い際の保護や安静を目的とします。女性にはラインストーンなどのアクセサリを付けることもできます。

②手術

残存した腫脹・変形やいつまでも続く痛み、粘液嚢腫に対しては手術も行います。手術には目的に応じていくつかの方法があります。小さな皮膚切開で腫脹を改善させ、外見を改善させるのみの手術もあります。また高度な変形や持続する痛みには関節固定術も行います。いずれも、ほとんどが日帰りでの外来手術で行います。



（XP 術前 正面・側面）

（XP 術後 正面・側面）

残念ながら変形した関節に対して根本的な治療はなく、基本的に対症療法しかありません。女性に生じることが多い疾患であるため、指先の変形は非常に気になるものだと思います。症状や生活スタイルによって治療法は選択されるので、気になっていた方、不安に思っている方は一度受診してください。

一筆者紹介

なかじま だいすけ
中島 大輔



2007 年 東海大学医学部卒業。
東海大学医学部外科学系整形外科学 助教。
東海大学医学部附属大磯病院 整形外科所属。
日本整形外科学会専門医。
専門領域：手の外科、整形外科一般。