

扳機指

人類的手指能夠彎曲自如是因為有相當多神經、肌肉、韌帶控制各種細微精細的動作，控制拇指彎曲的肌肉包括曲拇長肌及屈拇短肌，其餘每隻手指皆有屈指深肌及屈指淺肌，肌腱是肌肉兩端附著在骨頭上的構造，肌腱負責將肌肉收縮的力量，透過韌帶的引導，傳導到遠端骨骼，造成中間關節部位的動作。

位在手指骨部位的韌帶相當多也很複雜，負責屈肌肌腱力量傳導的環狀韌帶總計有 5 個，十字型韌帶則有 3 個，掌骨關節附近（約在掌紋感情線部位）有第一個環狀韌帶，一旦屈肌肌腱發炎腫大，握拳時就會因為屈肌肌腱無法順利來回穿過第一個環狀韌帶，而造成程度不一的動作受限情形，症狀就是彎曲到特定角度時，就會引發疼痛及手指關節卡住無法增加彎曲角度，繼續用力做握拳動作後，手指會像扣發扳機，突然可以增加彎曲角度，但卻無法順利伸展，卡在彎曲的姿勢，因此俗稱『扳機指』，此時就需要以保護、休息、冰敷、物理治療及藥物等方法治療屈肌肌腱發炎問題，醫師以注射類固醇藥物到掌骨關節附近的屈肌肌腱也是常見的處置方式，優點是快速而有效，缺點是如果患者未改變使用習慣，復發率極高。

如果上述的保守療法都未明顯改善症狀，只能接受開刀治療，將第一個環狀韌帶切開，減少屈肌肌腱來回滑動的障礙，開刀後建議接受 2~3 次的復健治療，避免可能的屈肌肌腱沾黏問題，最重要的是學習如何保護手指肌腱，避免其他手指發生同樣的問題。