

# 腕隧道症候群

## ■ 疾病簡介

「腕隧道」是指手腕部由腕骨與韌帶所圍成的隧道，正中神經經過腕隧道而支配大拇指動作與大拇指、食指、中指以及一部份無名指的感覺。「腕隧道症候群」是指正中神經在經過狹窄的腕隧道，受到位於神經週圍的韌帶壓迫所造成的臨床症狀。腕道症候群是神經科門診常見疾病之一，也是因工作時手腕經常重複相同動作、持續不自然手部姿勢或經常用力而引發的職業病。

## ■ 常見症狀

- 手指（尤其大拇指、食指、中指以及無名指）麻木、灼熱感、針刺感。
- 麻木、灼熱感、針刺感在夜間清晨加劇，睡眠中因疼痛或麻痺而醒過來。
- 麻木、灼熱感、針刺感在白天因重複手腕動作（如騎乘機車、使用鍵盤滑鼠、縫紉、提重、甚至看報、拿電話筒、做家事）而症狀加重。
- 手指無力、肌肉萎縮。

## ■ 檢查

- 神經電生理學檢查：使用低電量電流刺激正中神經，藉以評估正中神經反應及受傷程度。若正中神經在手腕處受到韌帶壓迫時，正中神經的傳導速度就會下降，振幅大小也會減少。神經傳導檢查是診斷腕隧道症候群的利器，具備快速、精準、輕微疼痛的特點。

## ■ 處置

- 儘可能讓手部和手腕休息，減少手腕不當姿勢及重複性動作。
- 使用腕道症候群手腕護具。

## ■ 急性照護

- 若有急性疼痛腫脹，應盡速就醫。

## ■ 居家保健

- 工作或做家事時，戴手腕護具減輕疼痛，減少會引起疼痛的動作。
- 工作或做家事時，經常變換手部的位置，並且增加休息時間與頻率。
- 晚上睡覺時戴手腕護具。

## ■ 緊急返院提醒

- 患處疼痛異常未獲緩解，建議盡速就醫診治。

參考資料：

職業性腕道症候群認定參考指引-勞動部職業安全衛生署

- 諮詢電話：(02)2737-2181 分機 8257
- 制訂單位/日期：神經內科/109.07.27
- PFS-0400-004

本單僅供參考，實際治療以醫師診治為主



以病家為尊、以同仁為重、以北醫為榮