

# 知らなかった!? 手の病気と女性ホルモンの意外な関係

## 教えて ドクター

手の病気シリーズ  
第1回



仙台形成外科  
クリニック泉中央  
牛尾茂子先生

一般的に、手首や指の腱鞘炎、関節の変形は男性に比べて女性に多い病気と言われています。日本でも数少ない手の病気の専門家である仙台形成外科クリニック泉中央の牛尾茂子医師に、手・指に関する病気について解説していただきます。

手首や指の腱鞘炎、関節の変形は、中年以降の女性に圧倒的に多い症状です。私のクリニックには、手の様々な症状を抱えた患者さんがいらっしやいます。

ほとんどの方は近くの整形外科を受診し、「使い過ぎ」とか「年のせい」と言われ、痛み止めや湿布を処方されるだけで、「私は主婦

だし力仕事はしていないのに」とか「同じ仕事をしている同じ年頃の人のは手の痛みなど全くないのに」と納得のいかない不安な日々を送っていらっしやるようです。

実は女性の場合、手の様々な症状に女性ホルモンが深く関わっていることが最近分かってきました。つ

まり、腱鞘炎や関節の変形は更年期症状のひとつなのです。そう考えると、手指に負荷がかかっているのに症状が出てきたり、人によって症状のばらつきがあるのも納得できます。

もし、明らかな原因が使用過多ではなく女性ホルモンの減少のせいなら、ホルモンを補充するのが治療の近道と言えます。ただ、純粹に女性ホルモンを補充した場合、子宮・卵巣がんに乳がんの発がん率に影響する可能性があります。

最近では女性ホルモンに似た働きを有する成分のサプリメントも入手できますが、飲み方や飲む量に注意が必要ですし、サプリメントでは改善を見込めないほ

ど病状が進行されている場合もあります。休日も診療しますので、手の病気の専門医である当院にご相談ください。適切な治療を受けられることをお勧めします。



医療法人松田会

仙台形成外科クリニック泉中央

| 受付時間        | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日            |
|-------------|----|----|----|----|----|----|--------------|
| 8:30~11:30  | ●  |    | ●  | ●  | ●  | ●  | ●            |
| 13:00~14:30 | 休診 | 休診 | 休診 | 手術 | 手術 | 手術 | ●            |
| 14:30~17:30 | 休診 |    | ●  | ●  | ●  | ●  | 12:30~15:30※ |

予約制

☎725-2247

仙台市泉区泉中央1-39-1

土・日診療を行なっております。

# とつても深刻！ 指の第1関節の腫れと痛み 『ヘバーデン結節・粘液囊腫』

## 教えてドクター

手の病気シリーズ  
第2回



外科中央  
形成外科  
台形成外  
山クリニク  
牛尾茂子先生

日本でも数少ない手の病気の専門家である牛尾茂子医師に、手・指に関する病気について今回も解説していただきます。

指の第1関節が赤く腫れて痛くなったことはありませんか？ また、そのような症状で困っている方を見たことはありませんか？ たいいていの方は近くの整形外科で「加齢の一言で片付けられてしまい、治療をあきらめてしまっているようです。

この症状には「ヘバーデン結節」という病名がついています。一般的に、中高年以降の女性に発症するこ

とが多く、女性ホルモンの減少が深く関わっているようです。病状が進行すると、レントゲン写真で関節が狭かったり、破壊されて変形している像が見られますが、初期にはその変化が見られないこともあります。



中には、爪の近くに粘液囊腫(ねんえきのうしゅ)と言われるいぼのような膨らみが出てくることもありますし、そのせいで爪が変形してしまうこともあります。確かに、年齢を重ねると女性ホルモンは減少していきますから、病状の進行を止めることはできませんが、進行を遅くすることはできるはずです。

ポイントは、①指の関節が腫れていた痛み時は無理に動かさない。②湿布を貼ったり痛み止めを飲んだりして痛みを軽くしてあげる。③更年期症状の1つと認識し大豆食品を積極的に摂取する。⑤可能であれば速やかに手の専門医の診察を受け、病

気についての正しい知識と診療を受けること、です。

また、関節リウマチとは異なりますので、心配な方は休日も診療していただけます。手の病気の専門医である当院にご相談いただき、適切な治療を受けられることをお勧めします。

### 医療法人松田会 仙台形成外科クリニック泉中央

| 受付時間        | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日           |
|-------------|----|----|----|----|----|----|-------------|
| 8:30~11:30  | ●  |    | ●  | ●  | ●  | ●  | ●           |
| 13:00~14:30 | 休診 | 休診 | 休診 | 手術 | 手術 | 手術 | ●           |
| 14:30~17:30 |    |    |    | ●  | ●  | ●  | 12:30~15:30 |

予約制

☎725-2247

仙台市泉区泉中央1-39-1 土・日診療を行なっております。

# あるんです、男の人に多い手の病気!?

# 『デュピュイトラン拘縮』

## 教えて ドクター

手の病気シリーズ  
第3回



外科中央  
形成外科  
クリニック  
仙台  
牛尾茂子先生

日本でも数少ない手の病気の専門家である牛尾茂子医師に、手・指に関する病気について今回も解説していただきます。

これまでの2回の手の病  
気シリーズを読まれた方  
は、「手の病気が  
て女性に多いな。」  
と思われたことと  
思います。しかし、  
圧倒的に男性に多  
い手の病気があり  
ます。それが、デュ  
ピュイトラン拘  
縮です。

### デュピュイトラン拘縮の進行



結節  
(しこりやく  
ぼみ)の出現

拘縮案ができて、  
指が少し曲がっ  
た状態になる

指が屈曲拘縮し  
て、伸ばすこと  
ができなくなる

体内のコラーゲンの  
産生と分解のバランスが  
崩れ、手のひ  
らの腱膜にコ  
ラーゲンが異  
常に沈着する  
ことで、こぶ  
や筋を形成し、  
徐々に指の動  
きに制限をき  
たします。  
痛みなどの  
困った症状が  
ないことが殆  
どなので、手

のひらにこぶができて初め  
て気付きます。そのまま様  
子を見ていると、手のひら  
のこぶが徐々に縦方向にの  
びて筋のようになり、いつ  
の間にか指に達し、さらに  
指先方向へ伸びてきて、少  
しずつ指の関節が曲がって  
きてまっすぐ伸ばせなくな  
ります。そうしているう  
ちに指の曲がりが強くな  
り、服を脱ぐ時に袖に引っ  
かかったり、顔を洗う時に  
鼻の穴に指が入ったりしま  
す。このように、日常生活  
に支障が出てきて初めて受  
診される方が殆どです。  
治療法は、手術療法と注  
射療法の2つあります。関  
節の曲がりの強さなどに  
よって治療法を選択しま  
すが、2015年に注射療法  
が日本に導入されてからは

手術をせずに済む患者さん  
が殆どで、治療後の患者さ  
んへの負担がかなり軽くな  
りました。  
手のしこりや筋など、思  
い当たる症状のある方はぜ  
ひ当院にご相談下さい。



医療法人松田会

仙台形成外科クリニック泉中央

| 受付時間        | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日                |
|-------------|----|----|----|----|----|----|------------------|
| 8:30~11:30  | ●  |    | ●  | ●  | ●  | ●  | ●                |
| 13:00~14:30 | 休診 | 休診 | 休診 | 手術 | 手術 | 手術 | ●                |
| 14:30~17:30 |    |    |    | ●  | ●  | ●  | 12:30~<br>15:30※ |

予約制

725-2247

仙台市泉区泉中央1-39-1 土・日診療を行っております。

# 「けてとっさ」に手を突いてしまったとき注意!!

とうこつえんたんこつせつ ちょうほしんきけんだんれつ  
**「橈骨遠位端骨折・長母指伸筋腱断裂」**

## 教えてドクター

手の病気シリーズ

第4回



外科中央  
 成泉先生  
 形成外科  
 台形クリ  
 仙台クリ  
 牛尾茂子先生

日本でも数少ない手の病気の専門家である牛尾茂子医師に、手・指に関する病気について今回も解説していただきます。

年を取ると、足の筋力が知らぬ間に落ち、ちよつとした段差につまずき怖い思いをされたことのある方、意外に多いのではないのでしょうか？ こんな時、人は反射的に手を突いてしまいますが、運悪く手首の骨が折れてしまうことがあります。

手首の親指側の骨を橈骨(とうこつ)と言います、特にこの骨の



多くの方は、まさか骨折しているとは思いませんから、腫れて

指先側の端を骨折することが多く、この骨折を「橈骨遠位端骨折(とうこつえんいたんこつせつ)」と言います。更年期以降の女性は骨密度が減少しているのです。特にこの骨折を起こしやすいと言えます。

多くの方は、まさか骨折しているとは思いませんから、腫れて痛くてもそのうち良くなるだろうと1週間ほど放置してしまいます。しかしいつこうに良くならず、近隣の医療機関を受診し、レントゲンを撮って骨折が判明することが多いようです。

骨のずれが軽度の場合はギプス固定で治療しますが、ずれが大きな場合や骨折が複雑な場合、骨折が不安定な場合は手術が必要となります。固定期間の目安は4週間ですが、骨のくつきが遅い場合は固定期間を延長します。

また、固定が終わってもなくして突然、親指を自力で伸ばせなくなる場合があります。骨折の影響で、親指を伸ばす腱(長母指伸筋腱、ちょうほしんきけん)が切れてしまい、手術が必要になることがあります。

術が必要になることがあります。手の骨折は専門家による適切な治療が肝要です。こけて手を突いてしまった時、不安な方はぜひ当院にご相談下さい。



医療法人 松田会

仙台形成外科クリニック 泉中央

| 受付時間        | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日                 |
|-------------|----|----|----|----|----|----|-------------------|
| 8:30~11:30  | ●  |    | ●  | ●  | ●  | ●  | ●                 |
| 13:00~14:30 | 休診 | 休診 | 休診 | 手術 | 手術 | 手術 | ●<br>12:30~15:30※ |
| 14:30~17:30 |    |    |    | ●  | ●  | ●  |                   |

予約制

725-2247

仙台市泉区泉中央1-39-1 土・日診療を行なっております。