

先月号では、手のしびれの原因となる病気の中で、A. 脳の障害によるもの B. 脊椎・脊髄の障害によるものについて解説しました。今月号では、C. 末梢神経の障害によるものについて解説します。「末梢神経」とは、脳や脊髄から枝分かれして体の隅々にまで巡っている細い神経のことです。このCのグループで手のしびれをおこす病気として代表的なものは、手根管症候群と糖尿病性神経障害です。

手根管症候群

手根管とは、手首の関節（手関節）の手のひら側にある骨と靭帯でできたトンネルのことで、この中を手のひらの感覚や親指を動かすことを担当している正中神経が通っています（図1）。

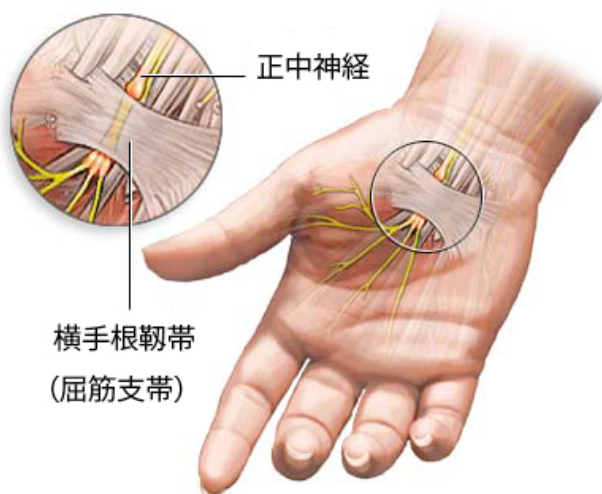


図1：手関節の内部。骨や靭帯に囲まれた隙間を正中神経が通る。Medical Encyclopedia, A.D.A.M.より引用。

手根管症候群は何らかの原因で手根管の中で正中神経が圧迫をうける病気で、仕事で手をよく使う人や人工透析を行う患者さん、妊娠・出産期の女性、更年期の女性に多い病気です。

正中神経が圧迫を受けると、図2の斜線で示した部分にしびれを感じ、しびれは手を酷使

した後や夜間に強くなります。

圧迫が進行すると親指の運動にも障害が及んで、母指球（親指の付け根あたりの筋肉のふくらみ）が萎縮してしまい、物をつまむような動作が難しくなります。

診断は、しびれの範囲が正中神経の支配領域と一致するかを調べる診察と、手首の手のひら側を軽くたたくことで手のひらや指に痛みがおこるかを見る検査（タイネル徴候）、両手の手首を90度におりまげて、胸の前で手の甲同士を

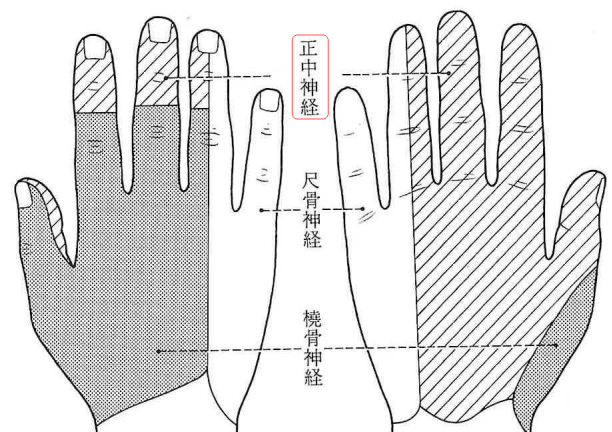


図2：手の感覚を担当する神経。

標準整形外科（医学書院）よりの引用。

くっつけた状態を1分間続けることで痛みやしびれが強くなるかを見る検査（ファーレンテスト）を行い、確定診断は神経伝導速度検査で行います。神経伝導速度検査とは、手足に軽い電流を流して電気刺激の伝わりの早さや強さを記録する検査です。手根管症候群の診断の際には、手や腕から電流を流して手根管の部分で伝わりが障害されていないかを見ていきます。

治療は症状が軽度であれば保存的療法で、手の安静を心がけたり、炎症を鎮める薬の内服をしたりします。手の過度の使用が原因の場合はそれだけでよくなることも少なくありません。しかし数ヶ月間保存療法を続けても改善が乏しい場合には、手根幹を構成する靭帯を剥離して圧迫を解除する手術を整形外科で行う必要があります。ただし母指球の萎縮が高度になった例では手術をしても回復が思わしくないこともあるので、手術時期の見極めは重要です。

糖尿病性神経障害

糖尿病性神経障害は、網膜症、腎症と同様に高血糖状態が長期に続くことによっておこる三大合併症の一つです。三大合併症の中でも最も早くおこります。原因は高血糖による末梢神経の代謝障害や血流の障害です。

末梢神経には運動神経、感覚神経、自律神経がありますが、糖尿病性神経障害ではまず感覚神経が障害をうけるため、症状は感覚の障害から始まります。手足の先端がジンジンしびれたり、歩いた時に砂利の上を歩いている様な感じがしたりします。症状は左右対称性です。

進行すると感覚が鈍くなるため、手先や足の裏の怪我に気づくのが遅れて傷を化膿させてしまい、ひどくなると傷の周囲が壊疽（組織が死んでしまう）に陥り切断せざるをえないこともあります。

その他にも糖尿病性神経障害では、眼球を動かす神経の障害で物が二重に見える、自律神経の障害による便秘や排尿障害、立ちくらみなどのさまざまな症状が出現します。

検査では、診察で腱反射や振動覚（物が振動していることを感じる感覚。音叉をあてて調べる）を調べたり、神経伝導速度検査、呼吸や心拍の変動を見る検査を行ったりします。

治療はまず、血糖のコントロールをできるだけ良好な状態に保つことです。食事療法や運動療法、薬物療法を併用します。症状が軽いうちなら血糖コントロールに気をつけるだけで、手先のしびれなどの神経症状が改善する可能性があります。自分の手足をよく観察して傷があれば放置せず、火傷に気をつけることも必要です。

薬物療法では、神経障害の原因とされている物質の産生を抑える飲み薬を使用したり、しびれや痛みを抑える鎮痛薬を使ったりします。

その他の疾患

今回ご説明した二つの病気以外にも、末梢神経の障害で手のしびれを起こす病気はたくさんあります。ビタミン欠乏や甲状腺機能の異常、アルコール多飲でも手のしびれは起こります。それ以外にも末梢神経の脱髄疾患（*みどり12号参照）であるギラン・バレー症候群などでも手のしびれはおこります。

終わりに

手のしびれの原因は多岐にわたり、中には治療を急ぐ病気もあります。一度は神経内科を受診されることをおすすめいたします。

2回にわたって池田祥恵医師に手のしびれのお話をうかがいました。参考になったと思いますが、いかがでしたか。次回からは転倒予防についてリハビリの立場から解説していただこうと思います。どうかお楽しみに（M. T.）。