

■神經內科醫師 吳淑蓉

# 腕隧道症候群與糖尿病

五十八歲的劉太太，從年輕時就開始為生活打拼，日子，一刻也沒有閒過。好不容易拉扯兩個小孩長大了，在五十歲時被診斷得了糖尿病，她也沒有自怨自艾。除了開始好好控制血糖，這幾年她又找了麵店洗碗的工作，還不是為了想讓女兒可以輕鬆一些，讓孫子的生活過更舒適。但是，一年前左右，右手前三指隱隱約約地有麻的感覺，清晨時也越來越常因為麻脹痛醒，一開始甩甩手後就可以改善，漸漸的，麻痛感愈來愈強烈，現在只要騎摩托車不到五分鐘，手就麻得受不了！

## 什麼是「腕隧道症候群」？

腕隧道症候群是常見的疾病。由於手的「正中神經」在手腕處會穿過由腕骨和韌帶圍成的「腕隧道」，當受到壓迫時就會產生症狀。

## 「腕隧道症候群」的症狀為何？

正中神經主要控管的是大拇指、食指、中指以及一部份無名指的感覺。所以痛及麻木感主要分布在前三指、手腕、及手掌，甚至偶爾會輻射到近端的前臂、肩部及頸部。典型的症狀為清晨被手部脹痛感痛醒，患者通常會甩甩手，起身活動一下，或把手浸泡於溫水中，以減低不適感。但隨著時間再久一些，神經壓迫更嚴重，患側手部會開始麻痺，手掌大拇指側的肌肉也會開始萎縮。

## 「腕隧道症候群」的原因？

### ◇腕隧道的空間減少

- (1)骨折或骨折後的退化
- (2)類風濕性關節炎
- (3)痛風石、脂肪瘤、血管畸形、腱鞘囊腫
- (4)先天腕隧道狹窄

### ◇增加神經對壓迫的敏感性

- (1)糖尿病
- (2)其他多發性神經病變
- (3)先天性神經病變易受壓迫而麻痺

### ◇其他相關因子

- (1)懷孕
- (2)甲狀腺功能亢進或低下
- (3)慢性腎衰竭和洗腎
- (4)肢端肥大
- (5)澱粉樣病變疾病
- (6)多發性骨髓瘤
- (7)粘多糖症
- (8)家族性腕隧道症候群
- (9)工作引起，手過度使用

### ◇自發性

## 哪些人容易有「腕隧道症候群」？

臨床上以中年婦女居多，這和女性腕隧道較細及經年累月操持家務有關。當然，腕隧道症候群也常發生在手腕重複工作者身上，如機械技工、木匠、打字員、廚師、洗髮小妹等等.....前幾年臺灣紅遍半邊天的手搖泡沫紅茶，近年來因應科技日新月異，越來越多的電腦工作者，都是腕隧道症候的高危險群。