

扳機指(彈弓指)

甚麼是扳機指(彈弓指)?

扳機指的正式學名為手指屈肌腱的狹窄性肌腱鞘炎。

是一種因手指腱鞘或滑液囊發炎所引起的病徵。手指屈肌肌腱因反覆使用與摩擦，令肌腱腱鞘發炎腫脹，引致手指活動有困難，有時需要藉助外力才能把手指伸直，且會產生疼痛和發出“喀喀”的聲響，類似扣扳機，因而稱為扳機指。

病因

扳機指大部份病患是後天造成的，過度或反覆地使用手指動作的人會較易患上，例如工廠作業員、長時間使用電腦的上班族、家庭主婦、園藝工作者、廚師等；也有少數是先天性、或與代謝問題(如類風濕關節炎、糖尿病、痛風症等)有關。

症狀

扳機指以大拇指、中指及無名指最為常見，因其活動量較大。扳機指初期症狀為手指與手掌交界處非常疼痛，手指無法完全伸展。過一陣子，手指疼痛會減輕但開始無法伸直，需用另外一隻手將其撥開，而且在撥開過程中，會有卡住的感覺。

治療方法

- 藥物治療
- 職業或物理治療
- 局部注射消炎藥物(如類固醇)
- 手術

