

高雄榮民總醫院 骨科部 一般衛教文件

科別	骨科部	編號:3050008
主題	板機指	2003.07.01訂定
製作單位	骨科部	2023.07.28審閱/修訂

在門診常見一些病患主訴在手指基部及手掌上會有壓痛，當手指彎曲時也都會感到疼痛，甚至到最後手指在彎曲而想伸直時會卡住，以致指節無法完全伸直；或是在伸直時會有阻力，形成類似扣板機的情形，稱之為板機指。

什麼是板機指 (Trigger finger)?

所謂的板機指指的是手指屈肌肌腱，因肌腱發炎或不明原因在指頭基部形成結節，使得手指在彎曲而想伸直時會卡在手指的橫向韌帶(pulley)，以致指節無法完全伸直；或者在伸直時會有阻力，形成類似扣板機的情形，稱之為板機指。因此板機指在早期肌腱發炎時就應儘早治療，否則當手指卡住時，則需要手術治療。

板機指是先天或後天的？

許多小朋友在出生即有，因此被認為是先天形成的；但也有許多患者是後來才發生的，因此被稱為是後天的。先天的板機指，可能與壓胎現象有關。而後天的板機指，可能與局部的發炎反應、反覆刺激或創傷有關。雖然每一個手指都有可能發生，但是拇指的板機指是發生率最高的，尤其是兒童的板機指，幾乎青一色都發生於拇指。

臨床治療及處理：

1. 復健、按摩、牽拉運動：

絕大多數的兒童板機指，只要沒有完全卡住，都可經由按摩及牽拉運動恢復正常。

2. 局部注射：

大人的板機指以局部注射(local steroid injection)類固醇，以治療肌腱發炎有相對較好的結果，一般第一次注射有七成以上病患症狀可緩解，其餘病患或再復發病患，可以再施打第二次，一但無效則必須接受手術治療，盡量避免注射第三次，以免造成肌腱斷裂。但在小朋友的板機指大致不適合打針，效果也不好。

3. 手術：

手術的目的主要是把卡住結節的橫向韌帶切開，使肌腱可自由滑動。由於手術簡單(只需局部麻醉、不需住院、平均手術時間只要 10 分鐘)效果顯著，適合於完全卡住或持續疼痛，其他治療方法無效的病患使用。

備註：每年修訂或審閱乙次。

警語：所有衛教資訊內容僅供參考使用，無法取代醫師診斷與相關建議，若有身體不適，請您儘速就醫，以免延誤病情。