

手がしびれる～



姫路市医師会スポーツ医学委員会 長久浩明

手のしび

れを主訴に

受診される患者さんが意外と多く見られます。ピリピリする、ジンジンする、触った感じがいつもと違うといった愁訴、指先だけのしびれから上肢全体のしびれ、一過性・時々

のしびれから常時のしびれ、片側か両側か、痛みを伴うか否か、力が入りにくい・入らない他多種多様です。

では、原因は何が考えられるでしょうか。肩こりや就寝時に身体の下になっていた腕が起床時にしびれるのは正座で起こる足のしびれ同様一時的で心配はいりませんが、放置すると治らない悪化する疾患も多いです。まず急性・亜急性に発症する頭の病気である脳血管障害があります。脳の血管が破れて起こる脳出血や脳の血管が詰まって起こる脳梗塞です。話しにくい、口の周りがしびれる、同側の足にも症状がある。頭痛を伴うこともあります。緊急性を要する可能性が高いので早急に脳神経外科を受診して下さい。

次に、頸椎（背骨の首の部位）の加齢による変化や、その中を

通っている頸髄（脊髄神経）の圧迫・変性によって起こる疾患です。頸椎椎間板ヘルニア（上肢に放散する疼痛を伴うことが多い）、頸椎症性脊髄症（手が動かしにくい、手先の細かい動きが難しくなる、足が出にくいなど）、多発性硬化症（ふらつき、排尿障害、視力障害を伴ってくる）などがあります。

それから、末梢神経が骨や靭帯・筋肉等によって局所的に圧迫される疾患（絞扼性神経障害）も疑います。手根管症候群（母指・示指・中指と環指の母指側半分のしびれ・母指と示指でOKサインがしにくい）、肘部管症候群（小指と環指の小指側半分のしびれ、握力低下）、胸郭出口症候群（上肢全体のしびれ、上肢拳上保持でのダルさ）、橈骨神経麻痺（手首の背屈がし難い）などがあります。

そして、内科的疾患でも起こることがあり糖尿病、甲状腺機能障害、アルコール性、薬の副作用等が考えられます。

急なしびれや長く続くしびれ、物が掴みにくい・落としやすいなどの症状が伴う場合は放置せず専門の診療科を受診して下さい。