



職業傷病別擔心 防治中心協助您



南區成大職業傷病防治中心
 勞動部職業安全衛生署

職場 健康報

2019/09/30 第3季發行 編輯者：鄭慧琪

勞工諮詢專線：(06)2353535 分機 4937-4939



南區職業傷病防治中心-成大



活動搶先報

職災勞工權益保障暨就業穩定宣導會

※活動地點：嘉義市再耕園4樓演講廳(嘉義市西區玉康路160號)

※活動時間：108年10月14日(星期一)09:30-16:50

※主辦單位：嘉義市政府

※報名方式：電話或email報名

 承辦人：向小姐 [05-2254321](tel:05-2254321) 轉 101、102, dora1230@ems.chiayi.gov.tw

本期主題

狄魁文狹窄性肌腱韌鞘炎！(作者：林偉中醫師/吳政龍醫師)

 案例分享.....01

 Q&A.....02

 同場加映：成大職業傷病防治中心暨網絡醫院宣導海報...05

女馬

女馬

手



診所就醫

28歲A先生自某年4月右手手腕接近大拇指處開始疼痛，其過去並無該部位之外傷病史。因疼痛於5月初至診所就醫，經醫師檢查後診斷可能為右手狄魁文狹窄性肌腱鞘炎(俗稱：媽媽手)。



疾病確診

月底至醫院職業醫學科門診就醫，理學檢查發現Finkelstein測試呈現陽性，且對抗阻力時疼痛加劇，與狄魁文狹窄性肌腱鞘炎症狀相符合。6月至診所接受手術後疼痛情況逐漸恢復，並逐漸恢復原本工作。



工作暴露評估

A先生發病兩年前開始從事水煎包工作，每天工作約11小時，其中一半時間用來備料，一半時間煎水煎包，平均每天約賣700個水煎包。工作時右手需使用鍋貼煎鏟將水煎包一個一個用力鏟起翻面，每鍋水煎包起鍋後需用右手拿刮刀用力將燒焦的鍋巴用力刮起清潔，備料時需使用雙手用力攪拌將料混合均勻。



職業病診斷

因工作右手長期反覆性動作與用力，其工作暴露符合「職業性肌腱鞘炎認定參考指引」中「每天大部分時間以捏或抓姿勢握住工具或物件」與「每天有一定時間手部是高施力動作(如手工具之使用)」之暴露標準，經診斷後其右手狄魁文狹窄性肌腱鞘炎應屬於勞工保險職業病。



什麼是「狄魁文狹窄性肌腱鞘炎」？

(De Quervain's tenosynovitis)

俗稱「媽媽手」。

成因：

位於大拇指靠近手腕側邊的「伸拇短肌腱」(extensor pollicis brevis tendon) 與「外展拇指長肌腱」(abductor pollicis longus tendon) 因受不斷且持久性的刺激，使得肌腱旁的腔室腫脹，導致肌腱滑動困難且增加腔室組織的刺激，當腫大的肌腱通過狹窄的腱鞘時，造成拇指在伸屈時會發生響聲。外觀通常可見拇指基部腫脹甚至凸起的囊腫⁽¹⁾。

症狀：

- ✧ 握拳、用力握物或扭轉腕部運動時會有疼痛症狀，手腕及手的扭轉動作、拇指反覆伸直或屈曲都會使疼痛加劇，症狀可為漸進式或急性。
- ✧ 腕部拇指側的骨突(橈骨莖突)處及拇指周圍有疼痛感並可延伸至前臂及拇指。
- ✧ 患部併有緊繃及局部腫脹現象導致拇指及腕部活動受限，影響握力及指力，甚至影響附近皮下神經造成拇指背側及食指的麻木。



圖一、媽媽手常見之疼痛部位



只有「媽媽」，才會得媽媽手嗎？

不，此病常出現在需長期使用手腕工作的職業，如：會計、文書、打電腦、打字、工廠作業員、抱小孩、洗衣服、扭轉物品、織毛衣、刺繡等職業，百分之三十的病人會同時發病於兩手腕⁽¹⁾。



除了工作以外，還有甚麼原因會造成媽媽手？

目前狄魁文狹窄性肌腱鞘炎之病因尚未完全了解，部分認為可能導致此疾病之因素如荷爾蒙變化或病灶處體液滯留等，仍需更多研究結果證實⁽²⁾。

病史詢問搭配理學檢查-

- ◇ 若個案在未有外傷之情況下，手腕橈側莖突處出現疼痛及拇指基部出現腫脹。
- ◇ Finkelstein 測試：若把拇指緊握在其他四指內，並向腕的內側（尺側）作屈腕活動，則橈骨莖突處出現劇烈、疼痛。



圖二、Finkelstein 測試

軟組織超音波⁽³⁾-

- ◇ 伸肌支持帶增厚
- ◇ 血液灌流密度增加
- ◇ 伸拇短肌腱及外展拇指長肌腱增厚。

診斷

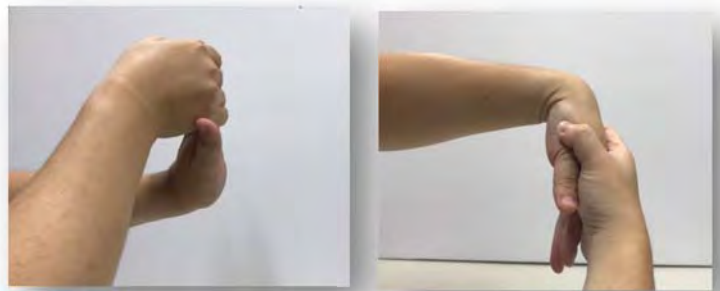
目標為緩解疼痛及改善關節活動度

1. 保守治療-部分時間穿戴保護性護木暫時限制拇指活動、冰敷病灶處及口服非類固醇類止痛藥⁽⁴⁾。
2. 職能治療-改善病患手部動作不良姿勢以獲得症狀緩解。
3. 病灶處局部注射類固醇治療
4. 手術-將指屈肌腱鞘滑車切開鬆解以達到治療效果⁽⁵⁾。

治療

預防

- ◇ 減少過度使用拇指的張握壓扣等動作。
- ◇ 不良之姿勢（如手腕過度彎曲）、長時間以同一姿勢使力及反覆動作等會增加疾病發生風險造成，需避免拇指出力時呈現不良之姿勢及過多反覆的動作。
- ◇ 增加動作中的休息時間及間隔等⁽⁶⁾。
- ◇ 工作中加入伸展運動。



圖三、掌心伸展



圖四、尺側伸展

參考文獻：

1. 職業性肌腱韌鞘炎認定參考指引，劉秋松醫師。
2. Leppert, Phyllis Carolyn, and Jeffrey F. Peipert, eds. *Common Disorders of the Hand and Wrist. Primary care for women*. Lippincott Williams & Wilkins, 2004.
3. Sato J, Ishii Y, Noguchi H. Clinical and ultrasound features in patients with intersection syndrome or de Quervain's disease. *J Hand Surg Eur Vol* 2016; 41:220.
4. Lane LB, Boretz RS, Stuchin SA. Treatment of de Quervain's disease:role of conservative management. *J Hand Surg Br* 2001; 26:258.
5. Ta KT, Eidelman D, Thomson JG. Patient satisfaction and outcomes of surgery for de Quervain's tenosynovitis. *J Hand Surg Am* 1999; 24:1071.
6. 媽媽手之照護，衛生福利部桃園醫院。



勞動部職業安全衛生署
OCCUPATIONAL SAFETY AND HEALTH ADMINISTRATION, MINISTRY OF LABOR



成大醫院
National Cheng Kung University Hospital



南區成大 職業傷病 防治中心

The Southern (NCKUH) Center for Occupational Disease and Injury Service

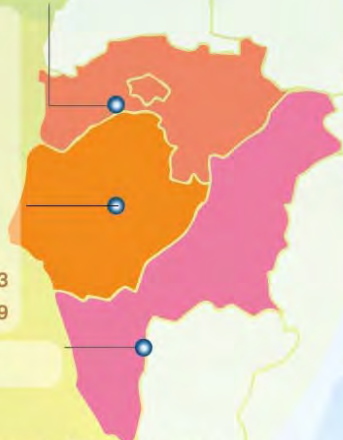


懷疑疾病與工作相關，
14家網絡就近接受診治

嘉義基督教醫院 (05) 276-5041
嘉義市王伯智皮膚科診所 (05) 227-6227
財團法人天主教聖馬爾定醫院 (05) 275-6000

郭綜合醫院 (06) 222-1111
臺南市立醫院 (06) 260-9926
臺南新樓醫院 (06) 274-8316
麻豆新樓醫院 (06) 570-2228
台南市立安南醫院 (06) 355-3111
衛生福利部臺南醫院 (06) 220-0055
臺南科學園區附設聯合診所 (06) 505-0225
奇美醫療財團法人奇美醫院 (06) 281-2811
奇美醫療財團法人佳里奇美醫院 (06) 726-3333
奇美醫療財團法人柳營奇美醫院 (06) 622-6999

高雄榮民總醫院 (07) 342-2121



諮詢專線：(06) 235-3535分機4937-4939

f 南區職業傷病防治中心-成大 | Q