



衛生福利部雙和醫院  
Taipei Medical University  
Shuang Ho Hospital

## 手麻怎麼辦？



復健醫學部 劉燦宏主任

王太太今年 50 歲，健康狀況良好，但最近覺得右手掌會麻。剛開始還不覺得怎樣，但幾星期下來右手麻痛感加劇，讓她心神不寧，尤其夜間會麻到醒過來，非得甩甩手才會覺得舒服些。她很擔心自己是不是中風了，於是到醫院復健科求診，經檢查後才知道原來是患了腕隧道症候群，治療幾星期後覺得好多了。

王太太所罹患的腕隧道症候群，是一種相當普遍的疾病，女性比男性容易得到。那什麼是腕隧道呢？腕隧道是由腕骨和纖維組織所形成的，形成一個像隧道的空間，位於手腕的掌面。在隧道中，有正中神經通過，當覆蓋過緊、肌腱發炎或其它因素壓迫到隧道中間的正中神經，即造成腕隧道症候群。

目前已知糖尿病患者、懷孕婦女、甲狀腺機能低下病患、肥胖病患、需要重覆性腕部活動的工作者（像電腦工作者、打字員）以及長時間操作會震動的機器（像鑽地機、電鋸）的人，較容易得到此症。

腕隧道症候群的症狀通常是手掌心及前四根手指發麻疼痛，手背較少有症狀，很多病患兩手都有症狀。典型的劇本是症狀在夜間會加劇，病患會想要甩甩手以減輕麻痛感。有些病患會覺得手變笨拙了，不像以前那麼靈活。若不治療，手部的肌肉有可能漸漸萎縮，拿筷子、拿鑰匙都有問題。

除了腕隧道症候群外，頸部神經根病變是另一個易造成手麻的常見疾病。頸部神經根病變好犯於中老年人，原因為頸椎骨刺壓迫到神經根而造成手麻。頸部神經根病變的症狀與壓迫的位置有關，例如有的人姆指發麻，有的人中指發麻，有的人小指麻木。大體而言，頸部神經根病變的麻木感，是一種自上而下，由頸部麻到手的感覺，這種感覺有時與頸部的動作有關，例如一仰頭手就麻起來。

遇到手麻的問題，醫師會安排電神經學檢查（神經傳導及肌電圖檢查）及影像檢查以鑑別診斷各種引起手麻的病因；民眾若遇有手麻的情形，最好經由專科醫師的診斷，安排適當的檢查，確定診斷，才能對症治療。

**劉燦宏主任門診時間：每週一上午、週四上午、週三上午、週五下午、週五晚上**