



Trigger finger

โรคนิ้วล็อก

บทความโดย

นพ.ปิยบุตร กิตติธรรมวงศ์

ราชวิทยาลัยแพทยออร์โธปิดิกส์แห่งประเทศไทย

“โรคนิ้วล็อก คืออะไร”

โรคนิ้วล็อก หรือ Trigger finger

เป็นภาวะการอักเสบบริเวณปลอกหุ้มเส้นเอ็น
ซึ่งเป็นภาวะที่พบได้บ่อย เนื่องจากมือเป็นอวัยวะสำคัญ
ที่เราใช้ในชีวิตประจำวันในการทำงาน ยกหรือหยิบจับ
สิ่งของต่าง ๆ ผู้ป่วยอาจมีอาการเจ็บบริเวณโคนนิ้ว
รู้สึกสะดุด หรือล็อกขณะงอเหยียดนิ้ว
ซึ่งอาการเหล่านี้ล้วนเป็นอาการของโรคนิ้วล็อกทั้งสิ้น

ทำไมถึงเป็นโรคนิ้วล็อก

โรคนิ้วล็อก

เกิดจากการอักเสบบริเวณปลอกหุ้มเส้นเอ็น
ซึ่งมักจะสัมพันธ์กับการใช้งานหนัก
โดยเฉพาะการเหยียดและงอข้อนิ้วซ้ำ ๆ
หรือการกำสิ่งของแน่น ๆ เป็นเวลานาน
โดยโรคนี้มักพบในผู้หญิงมากกว่าผู้ชาย
พบมากที่สุดเป็นผู้หญิงวัยกลางคน
และมีโอกาสเป็นได้มากขึ้น
ในผู้ป่วยที่เป็นเบาหวาน หรือโรคไต

โรคนิ้วล็อกมีอาการอย่างไร

อาการและอาการแสดงของโรคนิ้วล็อกมีหลายระดับ
สามารถแบ่งตามความรุนแรงได้ดังนี้

1. มีอาการเจ็บบริเวณโคนนิ้ว และอาจรู้สึกตึงแข็งในตอนเช้า
2. รู้สึกสะดุด หรือมีเสียงเวลาขยับข้อนิ้ว และอาจคลำได้ก้อนบริเวณโคนนิ้ว
3. นิ้วล็อกติดในท่างอ แต่ยังสามารถจับเหยียดนิ้วออกมาได้
4. นิ้วล็อกติดในท่างอ โดยที่ไม่สามารถจับเหยียดออกมาได้

การวินิจฉัยโรคนิ้วล็อก

โรคนิ้วล็อกสามารถวินิจฉัยได้

โดยใช้การซักประวัติ และการตรวจร่างกาย

โดยแพทย์เฉพาะทางด้านกระดูกและข้อ

หรือแพทย์ทั่วไปที่มีความชำนาญ โดยไม่จำเป็นต้อง

ได้รับการตรวจเอกซเรย์ หรือส่งตรวจพิเศษอื่น ๆ

เพิ่มเติมหากแพทย์ไม่ได้สงสัยภาวะอื่น ๆ

การรักษารอคันนี้วล็อค

การรักษารอคันนี้วล็อค

มีทั้งการรักษาแบบไม่ผ่าตัด

และการรักษาโดยการผ่าตัด

โดยขึ้นอยู่กับความรุนแรงของอาการที่เป็น

การรักษาแบบไม่ผ่าตัด

- ให้พักใช้งานมือข้างที่มีอาการ และหลีกเลี่ยงการกำและเหยียดนิ้วมือซ้ำ ๆ อย่างน้อยสองสัปดาห์
- แนะนำให้แช่น้ำอุ่นและนวดบริเวณโคนนิ้ว โดยเฉพาะในตอนเช้าอย่างน้อย 5-10 นาทีต่อวัน
- การใส่อุปกรณ์ตามนิ้ว (Finger splint) ให้นิ้วอยู่ในท่าเหยียดตรง โดยเฉพาะในเวลากลางคืน ซึ่งจะช่วยลดอาการปวดในตอนเช้าได้
- หากผู้ป่วยไม่สามารถเหยียดนิ้วได้สุด ควรจะทำการบริหารเหยียดนิ้วดังกล่าวบ่อย ๆ เพื่อป้องกันภาวะข้อติดในท่างอ
- การรับประทานยาแก้ปวด หรือยาลดการอักเสบที่ไม่มีสเตียรอยด์ (NSAIDs) เพื่อลดการอักเสบของปลอกหุ้มเส้นเอ็น อย่างไรก็ตามยาในกลุ่มนี้มีผลข้างเคียง ควรปรึกษาแพทย์และได้รับคำแนะนำก่อนใช้ยา
- ผู้ป่วยที่มีอาการเป็นมานาน หรือการรักษาโดยวิธีต่าง ๆ ข้างต้นไม่ได้ผล แพทย์อาจจะพิจารณาการรักษาโดยฉีดยาสเตียรอยด์ (steroid injection) เข้าบริเวณปลอกหุ้มเส้นเอ็นบริเวณโคนนิ้ว เพื่อลดการอักเสบของปลอกหุ้มเส้นเอ็น ซึ่งการฉีดยาควรทำโดยแพทย์ผู้ชำนาญเท่านั้น โดยทั่วไปการฉีดยาจะให้ผลการรักษาดี แต่อย่างไรก็ตาม หากผู้ป่วยยังมีความจำเป็นต้องใช้งานมือข้างที่มีอาการอยู่ ก็มีโอกาที่จะกลับมามีอาการกำเร็บซ้ำขึ้นอีกได้ โดยอาจจะมีอาการกลับมาหลังฉีดยาประมาณ 3-6 เดือน และหากมีอาการกลับมาอีกครั้ง แพทย์อาจจะพิจารณาฉีดยาซ้ำได้อีก แต่อย่างไรก็ตาม ไม่ควรที่จะฉีดยามากกว่า 2 ครั้งในนิ้วเดียวกัน

การรักษาโดยการผ่าตัด

ในรายที่อาการเป็นรุนแรง หรือกลับมามีอาการกำเริบหลายหลังจากการได้รับการรักษา
โดยวิธีต่าง ๆ โดยวิธีการข้างต้น แพทย์จะพิจารณารักษาด้วยการผ่าตัด
เพื่อเปิดหลอดเลือดเส้นเอ็นที่มีการอักเสบออก โดยการผ่าตัดโรคนี้วลือคมีอยู่สองวิธีคือ

1. การผ่าตัดโดยมีแผลเปิด (Open release) โดยทั่วไปสามารถทำได้โดยการฉีดยาชาเฉพาะที่
และเปิดแผลขนาดเล็กประมาณ 1cm และใช้มีดกรีดเปิดหลอดเลือดเส้นเอ็นออก หลังผ่าตัด
ผู้ป่วยสามารถกลับบ้านได้ โดยแพทย์จะนัดมาตัดไหมที่ประมาณ 10-14 วันหลังการผ่าตัด
2. การผ่าตัดกรีดเปิดหลอดเลือดเส้นเอ็นโดยไม่มีแผลเปิด (Percutaneous release) วิธีนี้จะต้อง
ใช้เครื่องมือพิเศษเพื่อป้องกันการบาดเจ็บต่อเส้นเอ็น เส้นเลือดและเส้นประสาทของนิ้ว การ
ผ่าตัดทำได้โดยใช้เข็มหรือของมีคมเขี่ยหลอดเลือดเส้นเอ็น วิธีนี้มีข้อดีคือ แผลจะมีขนาดเล็ก
กว่าประมาณ 2mm ทำให้ผู้ป่วยฟื้นตัวได้เร็วกว่า แต่อย่างไรก็ตาม ก็มีค่าใช้จ่ายของอุปกรณ์
มากขึ้น และมีโอกาสเกิดการบาดเจ็บของเส้นเลือดหรือเส้นประสาทได้

ข้อควรปฏิบัติหลังการผ่าตัดโรคนิ้วล็อก

โดยทั่วไปหลังการผ่าตัด ผู้ป่วยจะสามารถกลับบ้านได้เลย โดยมีข้อควรปฏิบัติดังนี้

- ระวังไม่ให้แผลเปียกน้ำ หากแผลเปียกน้ำ ควรทำแผลทันที
- ควรมาตรวจตามแพทย์นัดเพื่อตัดไหม ประมาณ 10-14 วันหลังการผ่าตัด
- เมื่อแผลแห้งดีแล้ว ควรจะต้องทำการนวดแผลผ่าตัด เพื่อให้แผลเป็นนุ่ม และลดความเสี่ยงที่จะกลับมามีอาการซ้ำได้
- ควรปฏิบัติตัวตามคำแนะนำของแพทย์อย่างเคร่งครัด หากแผลมีภาวะผิดปกติ เช่น แผลซึม หรือมีเลือดออก ควรกลับมาพบแพทย์ทันที



บทความโดย

นพ.ปิยบุตร กิตติธรรมวงศ์

ราชวิทยาลัยแพทย์ออร์โธปิดิกส์แห่งประเทศไทย