



เกิดจากการหดเกร็งบริเวณนิ้วมือเข้าหาฝ่ามืออาจ  
เกิดขึ้นได้ทั้งสองมือหรือมือเดียวทำให้มีปัญหาในการใช้  
มือความผิดปกติชนิดนี้เกิดในอายุ 40 ถึง 65 ปีเป็นภาวะ  
ที่ไม่เกี่ยวกับเสียชีวิตแต่นิ้วอาจจะใช้การได้ไม่เต็มที่



## สาเหตุ

ยังไม่ทราบสาเหตุแน่ชัด ไม่เป็นโรคติดต่อ  
พบได้บ่อยในกลุ่มคนที่ได้รับอุบัติเหตุทางมือ  
หรือกลุ่มคนเช่นเบาหวาน โรคลมชัก โรค  
เอดส์ เป็นต้น



## อาการ

นิ้วงอเข้าหาฝ่ามือ คลำได้ก้อนไม่กดเจ็บบริเวณกลางฝ่ามือ ทำให้  
หยิบจับสิ่งของยาก ส่วนใหญ่แล้วจะมีอาการบริเวณนิ้วก้อยและ  
นิ้วนาง ซึ่งไม่สามารถวางมือบนพื้นราบได้ แต่รู้สึกไม่สะดวกเมื่อ  
ถือจับสิ่งของ



## วินิจฉัย

จากการซักประวัติตรวจร่างกายพบก้อนที่มือ  
กดไม่เจ็บลักษณะแข็ง นิ้วมืองอเข้าหาฝ่ามือ  
เหยียดมือไม่ได้ พิวหนังที่คลุมบริเวณนิ้วมือจะ  
บางและเป็นสีขาวมากขึ้นเมื่อผู้ป่วยเหยียดมือ



## การรักษา

ความเป็นจริงแล้วไม่จำเป็นต้องรักษา แต่หากทำการรักษาจะทำให้ใช้ชีวิตประจำวันได้สะดวกสบายมากขึ้น สิ่งแรกที่ต้องทำคือยืดหดเพื่อบริหารกล้ามเนื้อ การบำบัดสามารถใช้ได้ทั้งก่อนและหลังการผ่าตัดเช่นการหมุนลูกบิดประตู การหมุนฟาง ขวดน้ำ การใส่เฟือกมักไม่ได้ผล การฉีดยาชาที่มือเพื่อชะลออาการของโรค การผ่าตัดทำโดยแพทย์เฉพาะทางกระดูกหรือศัลยกรรมพลาสติกโดยการผ่าตัดเอาเนื้อเยื่อบริเวณที่ดึงล้าออกทำให้นิ้วกลับมาอยู่ในตำแหน่งที่ปกติ แต่อาการดึงหลังนี้สามารถเป็นซ้ำได้อีก



## ควรไม่ควร

✓ ควรควบคุมปัจจัยอื่นเช่นเบาหวาน

ลมชัก อุบัติเหตุทางมือ

✓ ควรใส่ถุงมือป้องกัน

✓ ควรฝึกบริหารมือให้เป็นปกติทุกวัน

✗ ไม่ควรทำให้มือได้รับการบาดเจ็บ

✗ ไม่ควรใช้งานมือรูปแบบซ้ำ ๆ ตลอดเวลา

