



הדסה מרכז רפואי עולמי בשבילכם . המרכז הרפואי האוניברסיטאי הראשון בישראל
מרפאה אורתופדית הר הצופים

דף מידע בנושא :

אצבע הדק

TRIGGER FINGER



מהי תופעת אצבע הדק?

אצבע הדק הוא כינוי לנעילה של האצבע במצב דמוי לחיצה על ההדק. מדובר בסוג של דלקת בגידים המכופפים של האצבעות. הפגיעה נגרמת עקב הפרעה במעבר הגיד בתעלה שלו. ישנם שני גידים לכל אצבע, חוץ מהאגודל לה יש רק גיד מכופף ארוך אחד. הגידים מחליקים בתוך תעלה הקשורה לעצמות האצבע במספר מקומות (Pulleys), נעים בכל כיפוף של האצבעות. התעבות של הגיד או היצרות של התעלה בה הגיד עובר גורמת לכך שהגיד נתפס בתעלה ומחליק בקושי ולעיתים נתקע ואז האצבע "ננעלת" בדרך כלל ביישור. המצב יכול להיות זמני או קבוע וברמת כאב משתנה.

הגורמים

לא תמיד ידוע מהו הגורם לתופעה. התופעה יכולה להופיע כתוצאה מתנועות חוזרות ונשנות של האצבעות, ממאמץ גדול של היד או כתוצאה ממחלות פרקים.

התסמינים

- רגישות במגע מעל התעלה הראשונה של האצבע.
- כאב בעת כיפוף האצבע וקושי ביישורה.
- נפיחות ונוקשות באצבע.
- במצב מתקדם האצבע נתפסת בכיפוף.

האבחנה

האבחנה נעשית על ידי ראיון רפואי (אנמנזה) ובדיקה גופנית.

כיצד ניתן למנוע את התסמונת

- מודעות רבה יותר לשימוש בידיים בפעולות היום-יום.
- הורדת עומס עבודה מהיד.
- מנוחה והפוגות רבות בעת ביצוע עבודות עם מאמץ.

הטיפול

ניתן לטפל בדרך ניתוחית או בדרך שמרנית (לא ניתוחית). במקרים קלים יש סיכוי טוב להחלמה עם טיפול שמרני.



טיפול שמרני

- מנוחה ליד.
- תרופות נוגדות דלקת.
- סד לאצבע.
- הזרקת תרופה מסוג סטרואידים לתעלת הגיד.
- טיפול בריפוי ועיסוק ופיזיותרפיה.

טיפול ניתוחי

ניתוח מומלץ במקרים בהם הטיפול השמרני אינו יעיל והמטופל סובל מכאבים ואיכות החיים שלו נפגעת. לרוב, הניתוח מתבצע במסגרת אשפוז יום, בהרדמה מקומית עם טשטוש. מטרת הניתוח היא לשחרר את התעלה סביב הגיד. דרך חתך בעור פותחים את התעלה בה עובר הגיד ותופרים את העור.

ההכנה לקראת הניתוח

יש להיערך:

- היעדרות מהעבודה כשבועיים, ואחר כך חזרה הדרגתית.
- עזרה בעבודות בית כשבועיים.
- אין לנהוג כשבועיים לאחר הניתוח

המהלך לאחר הניתוח

היד חבושה עם חבישה מרופדת למשך שבועיים. במהלך השבועיים עד לביקורת במרפאה על היד להיות חבושה ללא החלפת תחבושת, אסור להרטיבה ועליה להיות מורמת במתלה מעל גובה הלב, כדי למנוע נפיחות וכאבים ולעזור בתהליך הריפוי. **חשוב מאוד!** להזיז את האצבעות, **במיוחד את האצבע המנותחת**. יש להפעיל את הכתף והמרפק כדי למנוע כאב ודלדול בהמשך. במידה ויהיו כאבים לאחר הניתוח, ניתן להשתמש במשככי כאבים, כגון: אקמול, אדויל ואופטלגין.

מתי לפנות לעזרה רפואית?

יש לפנות לרופא המטפל או לחדר מיון אם מופיעים אחד או יותר מהסימנים הבאים:

- חום גבוה
- כאבים חזקים
- דימום
- זיהום



הדסה מרכז רפואי עולמי בשבילכם . המרכז הרפואי האוניברסיטאי הראשון בישראל

ביקורת במרפאה שבועיים לאחר הניתוח

הביקורת במרפאת החוץ של ביה"ח לבדיקת הרופא המנתח, להורדת חבישה והוצאת תפרים. לאחר מכן ניתן להרטיב את היד ולהתחיל להשתמש בה בהדרגה. לעיתים מופנים לריפוי בעיסוק במסגרת קופת חולים כדי להפעיל את היד בצורה הנכונה והטובה ביותר ולטיפול בצלקת. תקופת ההחלמה נמשכת כשנה. בתקופה זו הגוף עובר תהליך ביולוגי של ריפוי הדרגתי וממושך.

ניתן להזמין תור למרפאת כף יד בבית החולים הדסה

במרכז לזימון תורים, בטלפון: 02-5842111

החוברת נכתבה ונערכה על ידי:

ד"ר מיכאל צ'רנובסקי, יחידת כף יד, מחלקה אורתופדית.

ציפורה שטיינברג, אחות מוסמכת, מרפאה אורתופדית.