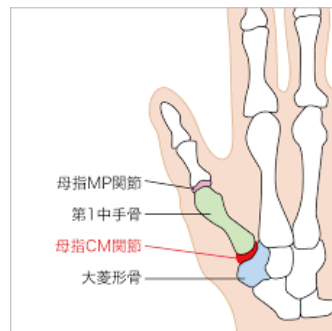




# 母指CM関節炎

母指CM関節炎は、親指の付け根にある大菱形骨<sup>だいりょうけいこつ</sup>という骨と、第1中手骨の間の軟骨がすり減って関節が変形し、痛みや機能障害を引き起こす疾患です。手の中でも特に負荷がかかりやすい部位であり、日常生活の質に大きく影響します。



## 疫学

この疾患は、40代以降の女性に圧倒的に多く見られます。閉経後のホルモンバランスの変化が関節軟骨の変性に影響すると考えられています。また、仕事や家事で親指を酷使する人、過去に関節付近の骨折や捻挫を経験した人にも発症しやすい傾向があります。

## 原因

母指CM関節は、親指を大きく動かすための「鞍状」<sup>くら</sup>の特殊な構造をしていますが、その分不安定になりやすいという弱点があります。

- **加齢と摩耗** 長年の使用により、関節を保護する軟骨がすり減ります。
- **関節の緩み** 加齢やホルモンの影響で関節を支える靱帯が緩むと、骨同士が異常にこすれ合い、炎症や骨の変形<sup>こつきよく</sup>（骨棘の形成）が生じます。

## 症状

- **動作時痛** 物を掴む、瓶の蓋を回す、紐を結ぶ、キーボードを打つといった「つまみ動作」で強い痛みが生じます。
- **変形と腫脹** 進行すると親指の付け根が外側に突出し、腫れて見えます。
- **可動域制限と筋力低下** 痛みのために親指を大きく広げることが困難になり、握力も低下します。

## 検査

- **触診** 関節の腫れや、圧痛（押した時の痛み）を確認します。また、親指に負荷をかけながら回旋させる「グラインドテスト」で痛みや捻髪音が出るかを確認します。
- **画像診断** X線検査（レントゲン）で、関節裂隙<sup>れいつげき</sup>の狭小化（隙間が狭くなる）、骨棘<sup>こつきよく</sup>（骨のトゲ）、亜脱臼の有無を評価し、進行度を診断します。

## 治療

治療は、まず保存療法から開始するのが原則です。

### 保存療法

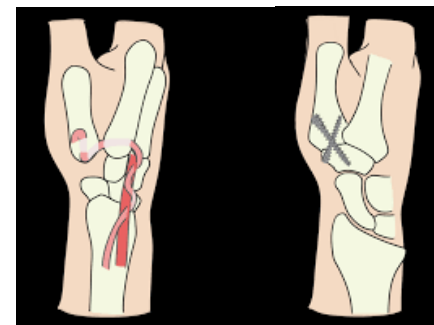
- **安静・固定** 専用の装具（スプリント）を用いて関節を固定し、負担を軽減します。
- **薬物療法** 消炎鎮痛剤の服用や外用薬の使用。痛みが強い場合は関節内へのステロイド注射を行います。

**手術療法**：保存療法で改善が見られない場合や、変形が強く日常生活に著しい支障がある場合に検討されます。

- **関節固定術** 関節を固定して痛みを無くします。
- **切除関節形成術** 変形した骨の一部を切除し、腱を移植してクッションを作る方法が一般的です。



スプリント



関節形成術

関節固定術

