



정형외과
Orthopedic Surgery

손목터널 증후군





손목터널 증후군이란?

수근관을 지나는 정중신경에 지속적인 압박으로 정중신경 지배 영역의 감각이상 및 수부 내재근의 위축이 발생하는 흔한 수부 질환입니다. 수근관 증후군 또는 손저림증으로도 불립니다.

특징적인 점은 손저림증이 주로 밤에 찾아와 바늘로 찌르는 듯한 감각을 주어 자다가 손이 저려 밤에 잠을 잘 수 없다는 점입니다.

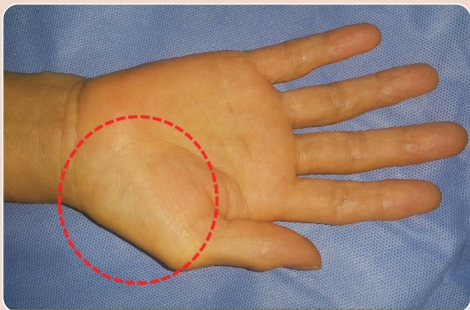
이처럼 밤마다 잠을 설치게 만드는 손저림증은 중년기 주부 들처럼 손을 많이 사용하는 사람에게서 많이 발생합니다.





어떤 증상이 있나요?

- ① 야간에 증상이 심하게 나타나는 경향성
- ② 무지, 인지, 중지의 손가락 끝과 경우에 따라 약지 끝의 일부가 저리거나 감각이 무딴
- ③ 전기가 오는 느낌, 남의 살 같은 느낌, 화끈 거림, 손이 차가운 느낌 등의 다양한 양상
- ④ 물건을 들다 자주 떨어뜨린다.
- ⑤ 아침에 일어났을 때 손이 붓거나 뻣뻣한 증상을 동반
- ⑥ 심한 경우 손바닥 근육의 위축이 발생





어떻게 진단하나요?

양 손등을 몸가운데에서 마주보도록 맞대고 손목을 90도 구부린 상태로 있었을 때 1분 이내에 저리는 느낌이 있다면 손목터널 증후군을 의심해 봐야하며 전문의 진료가 필요합니다.

단순 방사선 촬영, 초음파검사, 근전도 검사를 이용하여 병의 이환 정도를 측정하고 치료 방향을 결정하게 됩니다.



목디스크와의 감별진단이 중요합니다.

목디스크도 손저림 증상이 있을 수 있어서 원인을 혼돈하는 경우가 있습니다. 목디스크는 손목터널 증후군과 다르게 어깨 통증과 목 통증을 동반하고 목의 움직임에 따라서 손목저림 현상이 달라질 수 있습니다.

때문에 증상 발생 시 정확한 진단이 매우 중요합니다.





치료는 어떻게 하나요?

손목터널 증후군 증상의 정도, 환자의 연령, 활동량 등을 고려하여 보존적 치료와 수술적 치료로 나뉘집니다. 심하지 않은 초기의 경우 주사, 약물 요법이나 손목 부분에 부목을 대는 등의 물리 치료를 합니다. 치료에 반응이 없거나 심한 경우 수술적 치료를 시행하게 됩니다.

보존적 치료

소염제와 진통제를 통한 약물 요법과 부목을 이용한 고정 또는 물리 치료를 시행합니다. 국소적 주사 요법도 효과적입니다.



수술적 치료

내시경을 이용하여 손목 관절의 주름부에 약 1cm 가량의 횡절개를 가한 후 수술하는 내시경적 횡수근 인대 절개술과 약 3cm 가량의 종절개를 가한 후 정중신경의 압박을 풀어주는 일반적인 횡수근 인대 전개술이 있습니다. 수술 후 부목 고정없이 2~3일 정도 수근 관절 중립 위치에서 압박 붕대 드레싱만을 시행하게 됩니다.





1899-0001

의정부

평일 08:00~17:00

대전/노원/강남

평일 08:30~18:00 토요일 08:30~12:30

www.emc.ac.kr

환자가 필요로 하는 곳엔 ‘을지’가 있습니다

의정부을지대학교병원

대전을지대학교병원

노원을지대학교병원

강남을지대학교병원