

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 運動科學 來源 民生報 日期 89.11.15 版面 D7

手部最常見的良性腫瘤——腱鞘囊腫

「早安您好」



本報、台視晨間新聞合作

· 張明超 ·

●許多人在手腕背部突然出現不明原因類似腫瘤的突出物，很緊張的到門診求醫，這種病灶多半是手部最常見的良性腫瘤——腱鞘囊腫，也有人將其稱做肌腱瘤。

腱鞘囊腫可發生在四肢的任何關節，其發源處主要在關節囊或肌腱鞘膜上，或從肌腱本身內部產生；摸起來圓圓的、硬硬的，很平滑。因囊腫摸起來較硬，很多人誤以為是骨腫瘤，實際上，囊腫內部是一種透明黏液。腱鞘囊腫最常發生在年輕人手腕背部，第二好發處為手掌側，第三則為手指根部的關節處；老年人則常發生在手指末端關節的背部。

腱鞘囊腫發生原因仍不清楚，有人認為是關節韌帶或關節囊退化受傷後，形成小缺口，關節液在這些小缺口中慢慢累積而腫大、形成囊腫，並從關節表面凸出來，這種理論雖然較容易被接受，但仍然無法解釋：為何孩童也會發生腱鞘囊腫。

腱鞘囊腫會時大時小，尤其是做重工作者在持續工作後，手關節內壓力較大，造成液體往外壓迫，囊腫就會顯得較大。少數患者的關節囊腫會自動破裂而消失。手部腱鞘囊腫的病患可能有輕微疼痛及手部無力，但少數囊腫若長在某些神經附近，則可能造成神經壓迫，造成手麻痛、甚至肌肉萎縮的現象。但大部分的腱鞘囊腫是無害的，不治療也很少有後遺症，所以多數患者都不需做進一步治療。

站在醫師的立場，是多讓病患充分了解這種良性囊腫，以免病患焦慮。但有些患者覺得疼痛或在意手部外觀，則也可考慮進一步治療。治療方式很多，例如直接將囊腫內的液體抽出，但復發率相當高；另外，也有類固醇注射或利用內視鏡方式切除者。到目前為止，仍以傳統手術切除結果最好。若由有經驗的醫師進行，從關節內的腫瘤根部徹底切除，復發率相當低，成功率可達95%以上。這種手術簡單、不需住院、只須局部麻醉後，在門診進行；手術時間約十五到二十分鐘，手術一週後拆線。總而言之，大部分的腱鞘囊腫是良性的，不論治療或不治療，結果大多良好，患者可針對本身症狀求診持續觀察。

(作者為台北榮總骨科醫師，本文將在今晨台視「早安您好」節目中的「保健漫談」單元中播出。)

