

JOMF 派遣医師便り (2014. 1)

◆ジャカルタ◆

中手骨骨折

JJC 医療相談室

原 稔

12月に右手の骨を折りました。第一中手骨という骨で、手のひらを眺めて、親指と手首の間にある骨です。利き手の親指が使えないのは不便なものです。

親指には、他の4本の指に無い独特の働きがあります。拇指対立機能というもので、親指は他の指と、指の腹同士をあわす事ができます。親指以外の指同士ではこれできません。ヒトの手に特徴的な機能で、このおかげで我々はものを上手につかむ事ができます。サルはこれできません。

この動作ができないと日常生活でいろいろと不自由します。部屋から出るとき、ドアノブが握れず、鍵も回せません。支払いのとき、お金を上手に出せず、ATMではカードを抜き取れません。食事のときは箸が使えず、仕事では字を書くのに苦労しました。字以外は不浄の手で代わりをするのですが、左手で歯を磨くのがこんなに難しいとは思いませんでした。ヒゲをそるのも同様です。

親指の働きについて、頭で知ってはいましたが、今回、体でわかる事となりました。

今後の治療に役立てていきたいところです。

打撲や捻挫などはスポーツ中によく起こります。その応急処置の基本がRICE処置です。これは、Rest(安静)、Ice(冷却)、Compression(圧迫)、Elevation(挙上)の頭文字をとったものです。

受傷後は、患部を動かさないようにして、氷で冷やし、適度に圧迫しつつ、心臓より高い位置に保ちます。この処置により、腫れや痛み、内出血を最小限に抑え、その後の治療期間も短縮することができます。

参考までに、飲酒は腫れを助長します。

さて、仕事では、外来を休むまでには至らなかったものの、患者さんから「お大事に」と言われてしまいました。中には、けがをした医者に診察される事に不安を覚えた方もいらっしゃるかもしれません。この場をお借りしてお詫び申し上げます。ご心配およびご迷惑をおかけして申し訳ございませんでした。

本年もよろしく願いいたします。