

这是什么？

手指弯曲后难以伸直时，即出现扳机指。弯曲手指时，可能会注意到脆响声或咔嚓声。手指还可能会感到僵硬。在严重的情况下，扳机指在弯曲后会锁住或卡住，然后可能会“弹回”变直。

扳机指是由肌腱发炎引起的，会阻止手指正常弯曲。在大多数情况下，肌腱发炎的原因不明确。

有时，患有糖尿病、关节炎或腕管综合征的人可能会患上扳机指。用手完成拧紧和扭动等工作任务的人也有可能出现扳机指。

家庭医生现在会做些什么？

家庭医生会与你讨论治疗方案。常见的治疗方法包括休息、药物治疗和手术。医生可能会建议你让手部休息，以便让疼痛或肿胀消退。为了帮助你做到这一点，医生可能会让你使用手指夹板几周。家庭医生还可能会教你一些温和的运动。

家庭医生将来会做些什么？

如果手指在休息和温和运动后没有改善，家庭医生可能会给手指注射类固醇药物。在此之后的几天里，可能需要使用手指夹板。

如果扳机指影响日常生活，可能需要手术。家庭医生会将你转介给手外科医生，看看是否适合你。

我可以问医生什么问题？

- 是什么导致了疼痛？
- 哪些治疗方法可能有帮助？
- 应该避免些什么？



我能做些什么？

按照家庭医生的建议休息手部和手指。遵循家庭医生关于温和运动的建议。如果症状没有好转，应该去看家庭医生再次检查。

都有哪些支持？

家庭医生可能会将你转介到在Fairfield手部诊所工作的专科医生的私人诊室进行预约。该手部诊所对悉尼西南区所有地方政府区域（Bankstown除外）开放。

Bankstown居民会被转介给私人专科医生，如有必要，专科医生可以在Bankstown医院安排手术。

在哪里可以了解更多信息？

- OrthoInfo – 扳机指：orthoinfo.aaos.org
- Patient.info – 扳机指：patient.info