

# De Quervain病释放术

芬克尔斯坦试验再现德奎尔万腱鞘炎的疼痛：将拇指握入拳中并向尺侧偏屈腕部，会牵拉发炎的肌腱。箭头标示了腕部桡侧典型的疼痛部位。

Kieran Hirpara © ① ③ 4.0



本页面由机器翻译，尚未经临床医生审核。**英文版本**为权威版本。

## 为何建议进行此手术

您的外科医生建议您进行此手术，原因是您患有德奎尔万腱鞘炎（de Quervain's tenosynovitis），这是一种导致手腕拇指侧肌腱肿胀并引起疼痛的疾病。该手术涉及做一个小切口，以松解包裹这些肌腱的紧绷腱鞘，使它们能够重新自由滑动。通常在非手术治疗方案（如皮质类固醇注射和休息）未能提供足够缓解时，才会提供此手术。

您可能被推荐此手术，是因为您的疼痛持续存在，或者因为您存在某些特定因素（如睾酮替代疗法），这些因素会增加需要手术的风险。此手术的主要目标是缓解您的疼痛并恢复手部功能，使您能够在无不适的情况下使用拇指。虽然大多数患者认为此治疗有效，但您的外科医生希望确保您理解，恢复需要时间，且该手术旨在解决手腕疼痛的根本原因。

## 手术前

请按照您的外科医生指定的时间禁食，并安排人送您回家。带上您正在服用的所有药物清单，包括睾酮或生长激素，因为这些药物可能会影响您的手术。穿着舒适的衣物。如果您的症状在休息后没有改善，您可能需要拍X光片以排除手腕疼痛的其他原因。您的外科医生将评估您的健康状况，并可能安排血液检查或麻醉评估，以确保您适合接受该手术。该手术通过在疼痛区域上方做一个小切口来松解紧绷的组织。

## 手术当天

您到达医院后，会与您的外科医生和麻醉医生会面，以确认手术计划。该手术可在局部麻醉（仅对手术区域进行注射以使其麻木，您保持清醒）或全身麻醉（完全入睡）下进行。大多数人选择局部麻醉：恢复更

快，且您可以在术后不久回家。如果您更倾向于全身麻醉，这也是一个合理的选择；请与您的外科医生和麻醉医生讨论。

随后，您将进入手术室，您的外科医生将在您手腕侧面做一个小切口进行松解术。手术后，您将在复苏室醒来，医护人员会检查您是否舒适且生命体征稳定。一旦准备就绪，您通常可以在当天回家。

## 手术内容

---

您的外科医生将在手腕背侧做一个切口，以进入第一背侧骨间鞘。这是挤压您肌腱的组织隧道。在手术中，您的外科医生将松解被称为屈肌支持带的紧绷组织带，以释放肌腱。在某些情况下，如果需要，可能会使用Z形成形术来延长该组织带。如果发现单独的骨间鞘仅限制拇指肌腱，您的外科医生将对两个区域进行探查，以确保完全解除压迫。

一旦紧绷的组织被松解，您的外科医生将用缝线缝合切口。这些缝线可能会自行吸收，也可能在后期拆除。该手术的重点是去除引起疼痛和扳机指现象的压迫。简单的松解术和Z形成形术都是治疗此病症的有效方法。您的外科医生将确保松解彻底，以避免因治疗不彻底或肌腱活动受限而导致的不满。

这种开放入路允许您的外科医生直接观察并处理受累结构。虽然存在其他技术，但选择此方法是因为其在解决症状根本原因方面的可靠性。目标是恢复拇指和手腕的平滑活动，不再受限。

## 术后

---

您将在恢复室苏醒，您的医疗团队将为您管理疼痛。您的外科医生会在手术部位使用一个常规切口。这通常作为日间手术进行，因此您预计当天即可回家，尽管偶尔会有患者需要留院过夜。您将佩戴敷料以及护腕或支具以保护您的手腕。您必须有人在最初的24小时内陪伴您，以帮助。鼓励您立即进行轻柔的手指活动，以保持手指活动。大多数人会在几天后感觉准备好恢复轻微的日常生活活动。您的外科医生将在您出院前审查您的伤口护理指导。

## 恢复

---

手术后不久，您会感到拇指和手腕周围有疼痛和肿胀。这是正常的。您的外科医生可能会放置轻薄的绷带或夹板以保护该区域，直至其愈合。您应尽可能将手抬高至心脏水平以上，以帮助减轻肿胀。

您可能会短时间佩戴夹板或支具以保持拇指静止。您的外科医生和物理治疗师将指导您何时开始进行轻柔的活动。在拇指休息期间，您可以进行简单的手指练习以保持手部活动。在您的外科医生允许之前，请避免用力抓握或提举重物。

随着肿胀消退，您会感觉手部变得松弛且疼痛减轻。一旦您的外科医生认为安全，您将逐渐恢复进食或书写等日常活动。完全恢复的时间因人而异，因此您的外科医生和物理治疗师将指导您完成每一步骤。

## 可能出现的问题

---

大多数患者恢复良好，但偶尔也会出现并发症。您的外科医生和医疗团队会密切监测您，以便尽早发现任何问题。

如果您患有糖尿病，您可能会发现单次类固醇注射的效果不如其他患者理想。如果第一次注射后疼痛未缓解，您可能需要讨论其他治疗方案。

如果您之前接受过多次类固醇注射，您可能会发现此次治疗的成功率较低。注射次数越多，完全解决问题的可能性就越低。

有时，手腕受伤会导致此病症，但由于该情况较为罕见，初期往往容易被忽视。如果您近期有受伤史且疼痛持续，请告知您的外科医生，以便他们排查这一特定病因。

虽然您的外科医生采用标准开放切口，但您应留意神经受刺激的迹象。您可能会感到手背或拇指突然出现刺痛、麻木或烧灼感。如果出现这种情况，请立即告知您的外科医生。

如果您注意到剧烈疼痛且普通止痛药无法缓解，或者该区域变得非常红肿，请立即致电诊所。这些迹象可能意味着需要尽早处理。

如需具体数据，请参阅本页的并发症表格，其中列出了典型的发生率。

## 何时联系我们

---

如果您出现发热、伤口红肿加重或渗出，请立即联系我们。如果您感到突发剧烈疼痛、小腿肿胀或呼吸困难，请立即前往急诊。如果您手部感觉丧失或肢体无法活动，请立即联系我们。这些症状需要您的外科医生紧急评估。