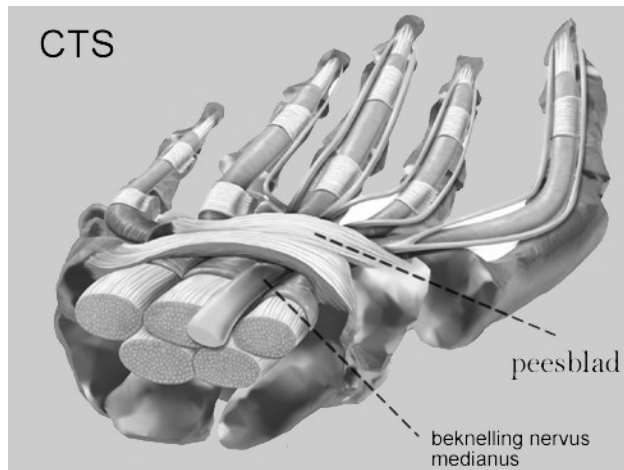


Carpale Tunnel Syndroom (CTS)

Plastische chirurgie

Carpale tunnel syndroom

Het carpale tunnel syndroom (CTS) ontstaat doordat een zenuw, de middelste armzenuw (ook wel de 'nervus medianus' genoemd) ter hoogte van de pols bekneld raakt (zie tekening).



Deze zenuw loopt van de onderarm naar de handpalm via een soort 'tunnel'. Deze wordt gevormd door de handwortelbeentjes en een stevig peesblad (de dwarse polsband) aan de handpalmzijde van de pols.

Door zwelling van het bindweefsel van dit peesblad of zwelling van de pezen is de zenuw in de tunnel bekneld geraakt.

Klachten

De klachten die bij het carpale tunnel syndroom kunnen voorkomen zijn:

- een doof en tintelend gevoel aan de binnenkant van de hand
- een prikkelend en pijnlijk gevoel in vingers en hand
- een gevoel alsof de hand is opgezwollen
- krachtsverlies in de hand en/of vingers
- een uitstralende pijn vanuit de binnenzijde van de hand via het gebied rondom de elleboog naar de bovenarm en de schouder.

Aanvullend onderzoek

Op grond van de klachten kan de diagnose vaak al gesteld worden. Soms is aanvullend onderzoek nodig: een Electro Myografie (EMG). Tijdens dit onderzoek wordt de activiteit van de handzenuwen gemeten.

Behandeling van het carpale tunnel syndroom

Het carpale tunnel syndroom kan op meerdere manieren behandeld worden, afhankelijk van de ernst van de klachten.

- Bij lichte klachten kan aanpassing van de activiteiten van de betreffende hand vaak genoeg zijn om de klachten te laten verdwijnen.
- Een andere mogelijkheid is het geven van een injectie die de lokale zwelling van de pezen ter hoogte van de carpale tunnel doet verdwijnen.
- Als de bovenstaande behandelingen niet het gewenste resultaat opleveren of als tijdens het EMG-onderzoek blijkt de zenuw fors bekneld zit, kan besloten worden een operatie uit te voeren. Tijdens de operatie wordt het peesblad gekliefd. Hierdoor wordt de tunnel ruimer en is de beknelling van de zenuw opgeheven.

Praktische informatie

- Als is vastgesteld dat bij u een operatieve ingreep nodig is, geeft de zorgplanner de datum van de ingreep zo spoedig mogelijk aan u door.
- De operatie is op de poliklinische operatiekamer (POK, meldpunt Oost 35) en duurt meestal niet langer dan een half uur.
- U hoeft voor deze ingreep niet nuchter te zijn.
- Na de operatie wordt een drukverband aangelegd en krijgt u een mitella. Het is goed om de hand enkele dagen hoog te houden.
- U mag het verband na 48 uur weghalen en vervangen door een pleister.
- Wij adviseren u te zorgen voor begeleiding en passend vervoer als u naar huis gaat, omdat u niet zelfstandig aan het verkeer mag deelnemen.
- De pijn neemt over het algemeen na een dag af. Zonodig kunt u een gewone pijnstiller innemen.
- Ongeveer 10 dagen na de ingreep worden de hechtingen verwijderd op het spreekuur van Plastische chirurgie.
- Om uw hand zo snel mogelijk weer goed te kunnen gebruiken, adviseren wij u zo snel mogelijk te starten met oefenen.

Oefeningen

In dit oefenschema staan basisoefeningen die u de eerste weken regelmatig moet uitvoeren. Houd elke positie vijf seconden vast.

- Maak uw vingers zo recht mogelijk.
Doe dit 10 x 5 seconden.



- Buig uw vingertoppen zo ver mogelijk (haakvuist).
Doe dit 10 x 5 seconden.

- Probeer de vingertoppen vlak op uw duimmuis te leggen (vlakke vuist). Doe dit 10 x 5 seconden.



- Maak een volledige vuist, waarbij u probeert de vingertoppen zo ver mogelijk 'in' de hand te brengen (volledige vuist). Doe dit 10 x 5 seconden.



Goed om te weten

- U mag uw hand de eerste 2 weken na de operatie niet volledig belasten. Wel is het goed om uw pols en vingers te oefenen.
- Het litteken aan uw pols kan langere tijd gevoelig blijven.
- Het kan vóórkomen dat de klachten die u van te voren had niet meteen verdwenen zijn.

Complicaties

Bij elke handoperatie kunnen complicaties optreden:

- bloeduitstorting
- infectie: de symptomen van een infectie zijn roodheid, zwelling, warmte, kloppende en/of stekende pijn. Als u hiermee te maken hebt, neemt u dan contact op met het spreekuur van Plastische chirurgie (zie achterzijde folder).

Tot slot

Als u na het lezen van deze folder nog vragen hebt, neemt u dan contact met ons op. U vindt alle telefoonnummers op de achterzijde van deze folder.

Geef uw mening!

Deel uw ervaring over Zuyderland Medisch Centrum op www.ZorgkaartNederland.nl, een onafhankelijk kwaliteitsplatform voor de zorg. Op basis van uw ervaring kunnen wij onze zorgverlening verder verbeteren.

Plastische chirurgie

Meldpunt Oost 03

Afsprakennummer: 088 - 459 7834

Werkdagen: 9.00 - 12.00 en 14.00 - 16.00 uur

Informatienummer: 088 - 459 7833

Werkdagen: 08.30 - 12.00 en 13.30 - 16.30 uur

Internet

www.zuyderland.nl