

Carpale Tunnelsyndroom

Poliklinische behandeling

Orthopedie

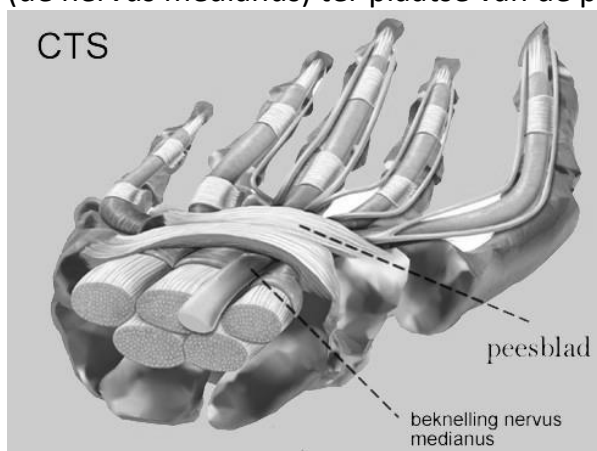
Inleiding

U bent naar ons ziekenhuis doorverwezen omdat u last hebt van het carpale tunnel syndroom (CTS). In deze folder vindt u informatie over deze aandoening: de oorzaak, de klachten en de gang van zaken rondom de behandeling hiervan.

Het is goed u te realiseren dat bij het vaststellen en behandelen van een aandoening de situatie voor iedereen anders kan zijn.

Het carpale tunnel syndroom

Het carpale tunnel syndroom ontstaat doordat een zenuw, de middelste armzenuw (de nervus medianus) ter plaatse van de pols beknelt raakt (zie figuur 1).



Figuur 1.

Deze zenuw loopt van de onderarm naar de handpalm via een tunnel die wordt gevormd door de handwortelbeentjes en een stevig peesblad (de dwarse polsband), aan de handpalmzijde van de pols. Door die tunnel lopen ook de buigpezen van de vingers. De beknelling van de zenuw ontstaat door zwelling van de onderliggende pezen en het omgevende weefsel.

Het carpale tunnel syndroom manifesteert zich veelal spontaan. Soms worden de klachten erger als de betreffende hand veelvuldig wordt gebruikt, zoals bij autorijden, fietsen, lezen of wringen.

Het carpale tunnel syndroom kan zich voordoen in beide handen.

Klachten

De klachten van het carpale tunnel syndroom zijn over het algemeen vrij karakteristiek en komen het meest voor bij vrouwen. Ze bestaan vaak uit een doof en tintelend gevoel aan de binnenkant van de hand, die uitstraalt naar de eerste vier vingers van de hand. Dit zijn precies de vingers die door de beknelde zenuw verzorgd worden (zie figuur 2).



Figuur 2.

Soms is er een uitstralende pijn vanuit de binnenzijde van de hand, via de elleboogregio, naar de bovenarm en de schouder.

Behalve een dof en tintelend gevoel kunnen ook optreden:

- een prikkelend en pijnlijk gevoel in uw vingers en in uw hand;
- een gevoel alsof uw hand gezwollen is;
- krachtsverlies in uw hand waardoor u zomaar dingen kunt laten vallen. Indien het carpale tunnel syndroom al langere tijd bestaat, dan kan er sprake zijn van krachtsverlies in de vingers.

Nachtelijke klachten staan vaak op de voorgrond. Wanneer deze klachten zich voordoen wordt men hier soms wakker van.

Aanvullend onderzoek

Op grond van het klachtenpatroon kan de diagnose vaak worden vermoed. Als de klachten toenemen of zich voordoen zodra de arts op de zenuw drukt, wordt het al waarschijnlijker dat er sprake is van het carpale tunnel syndroom. Om zekerheid te krijgen, is een zenuwgeleidingsonderzoek nodig. Dit onderzoek noemt men een EMG (Electromyografie). Tijdens dit onderzoek worden de zenuwen in de arm en hand doorgemeten.

Behandeling

De behandeling van het carpale tunnel syndroom kan bestaan uit verschillende onderdelen:

- Bij lichte klachten kan (tijdelijke) aanpassing van de activiteiten van de betreffende hand vaak genoeg zijn om deze te laten verdwijnen.
- Als alleen nachtelijke klachten optreden, kan gebruik gemaakt worden van een zogenaamde 'nachtspalk' om de hand. Vooral klachten die tijdens de zwangerschap ontstaan, en vaak spontaan na de zwangerschap verdwijnen, kunnen op deze manier vaak afdoende worden behandeld.
- Een andere mogelijkheid is het geven van een injectie die de lokale zwelling van de pezen ter hoogte van de carpale tunnel doet verdwijnen.

Operatie

Als bovenstaande niet-operatieve behandelingen onvoldoende effect hebben, kan de orthopedisch chirurg u een operatie adviseren waarbij het peesblad wordt gekliefd om de zenuw meer ruimte te geven.

Het is een relatief kleine ingreep welke poliklinisch en onder lokale verdoving plaatsvindt. U hoeft hiervoor niet nuchter te zijn. Tijdens de operatie wordt een snee gemaakt ter hoogte van de pols aan de handpalmzijde. De dwarse polsband, het dak van de carpaal tunnel, wordt doorgesneden. Hierdoor wordt de druk op de zenuw verminderd.

Mogelijke complicaties

Geen enkele ingreep is vrij van de kans op complicaties. Hoewel de kans bij deze ingreep gering is, bestaan er risico's op complicaties. De belangrijkste complicaties welke kunnen voorkomen zijn:

- Nabloeding.
- Wondinfectie. Wanneer er een ontsteking ontstaat na de operatie spreken we van een wondinfectie, dit behoeft behandeling middels antibiotica, rust en nauwkeurige wondverzorging.
- Restklachten na operatie. In de meeste gevallen zal de operatie de klachten verhelpen, echter in sommige gevallen kan een carpaal tunnel syndroom opnieuw ontstaan.
- Zenuwletsel. Ter hoogte van de carpaal tunnel buigt een klein takje van de zenuw af naar de spieren van de duim en verzorgt de aansturing hiervan. Zeer zelden komt het voor dat dit takje beschadigd raakt waardoor er verminderde duimkracht kan ontstaan.

De eerste week na de operatie

U krijgt na de operatie een stevig drukverband en een mitella, om zo uw arm goed te laten rusten. Het is verstandig dat u de eerste dag(en) uw arm hoog houdt zodat de zwelling rondom de wond zal afnemen.

Het drukverband dat na de operatie is aangelegd, kunt u na 3 dagen verwijderen.

Douchen is toegestaan mits de wond niet nat wordt, de eerste weken tot aan volledige wondgenezing wordt baden afgeraden.

Autorijden na de operatie is niet toegestaan, daarom is het van belang vervoer te regelen van en naar het ziekenhuis. U kunt al snel beginnen met oefenen van de vingers. In het begin gaat dit wat moeizaam, maar na enkele dagen zal dit beter gaan.

Eén week na de operatie komt u ter controle naar de polikliniek orthopedie. Dan zullen de hechtingen worden verwijderd en zal de voortgang worden besproken.

Vanaf de tweede week na de operatie

Vanaf de tweede week na de operatie, wanneer de pijn dit toelaat, is het toegestaan de belasting geleidelijk aan te vergroten. Pijn is hierin de belangrijkste factor, wanneer u na inspanning meer pijnklachten heeft, is dit een signaal dat u het wat rustig aan moet doen.

De eerste weken na de operatie is het een normaal verschijnsel dat het gevoel nog niet helemaal terug is in uw hand/vingers. Dit kan tot 3 maanden duren voordat dit volledig hersteld is.

Tot slot

Deze brochure is bedoeld als aanvullende informatie naast het gesprek met uw behandelend arts. Het is altijd mogelijk dat de situatie voor u persoonlijk anders is. Bijzondere omstandigheden kunnen hiertoe aanleiding geven. De arts zal dit dan met u bespreken.

Als u na het lezen van deze folder nog vragen heeft, 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.

Contact

Heeft u na het lezen van deze informatie nog vragen of wilt u meer weten, dan kunt u bellen met onze afdeling. Wij staan u graag te woord.

Orthopedie

Zuyderland Medisch Centrum

Afspraken polikliniek

088 - 459 9708

Openingstijden polikliniek

Maandag t/m vrijdag van 08.30 tot 17.00 uur

Bezoekadres polikliniek

Locatie Heerlen, souterrain balie 25

Locatie Sittard-Geleen, Oost 11

Internetadressen

www.zuyderland.nl/orthopedie