



# Carpale Tunnelsyndroom (orthopedie)

Deze folder geeft u een globaal overzicht van de klachten en de oorzaak van het carpale tunnelsyndroom en hoe dit behandeld kan worden. Het is goed u te realiseren dat bij het vaststellen van een aandoening de situatie voor iedereen weer anders kan zijn.

## Wat is het carpale tunnelsyndroom?

Het carpale tunnelsyndroom is een beknelling van de middelste zenuw (nervus medianus). Deze zenuw verloopt van de onderarm naar de handpalm via een tunnel. Deze tunnel 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 het bindweefsel, waardoor de druk in de tunnel toeneemt.

## Klachten

De klachten bij het carpale tunnelsyndroom kunnen nogal uiteenlopen. Zo kunt u last hebben van:

- Een prikkelend en pijnlijk gevoel of tintelingen in de vingers en de hand.
- Een doof gevoel in de handpalm en in de vingers. Soms een gevoel alsof de hand gezwollen is.
- Een uitstralende pijn naar de onderarm, de elleboog en de schouder. Soms krachtverlies in uw hand waardoor u zomaar dingen kunt laten vallen.

Heel vaak komen deze klachten in de loop van de nacht voor en zorgen ervoor dat u wakker wordt. Hoewel de klachten meestal aan één hand voorkomen, kan het ook gebeuren dat u last krijgt van de andere hand. Bekend is dat de klachten nogal eens tijdens zwangerschap of aan het begin van de overgang optreden.

## Onderzoek voor diagnose

Op grond van het klachtenpatroon kan de diagnose vaak worden vermoed. Als bij lokale druk op de zenuw de klachten toenemen of zich voordoen, wordt de diagnose al waarschijnlijker. De diagnose wordt gesteld op basis van lichamelijk onderzoek en de klachten. Bij twijfel kan er een Electro-MyoGrafie (EMG) of echo gemaakt worden.

## De operatie

De operatie is erop gericht de druk op de zenuw weg te nemen. Het is een kleine ingreep waarbij een snee wordt gemaakt in de pols aan de handpalmzijde, onder lokale verdoving. De dwarse polsband wordt doorgesneden, waardoor de tunnel wordt verwijderd. De operatie duurt ongeveer 15 tot 20 minuten.



## Mogelijke complicaties

Geen enkele ingreep is vrij van de kans op complicaties. Zo zijn ook bij deze operatie de normale risico's op complicaties van een operatie. Deze komen gelukkig zelden voor. Bloedingen en wondinfecties zijn de belangrijkste. Indien de zenuw al lang afgeknelld is geweest voor de operatie, kan het zijn dat er geen volledig herstel optreedt. Daarnaast komt het een enkele keer voor dat de patiënt opnieuw klachten krijgt door littekenvorming.

## Nabehandeling

Het is verstandig dat u de eerste dag na de operatie de arm in een draagdoek houdt. U kunt al snel beginnen met oefeningen van de vingers. In het begin gaat dit wat moeizaam, maar na enkele dagen gaat dit al veel beter. Deze oefeningen betreffen knijpen in een stressballetje en vingers buigen en strekken.

De hechtingen worden na zeven tot tien dagen verwijderd door de verpleegkundige op de poli orthopedie. U mag uw arm/hand belasten op geleide van klachten. Indien het pijnlijk is, is dit vaak een teken dat het teveel belasting is geweest. Autorijden kan weer wanneer u genoeg kracht hebt in uw hand.

## Resultaat

De klachten die u tevoren had zijn na de operatie meestal binnen twee tot drie dagen verdwenen. Het litteken aan de pols blijft vaak langer gevoelig, met name bij druk ter plaatse zoals bij het steunen op de pols. Het herstel van de gevoelloosheid kan echter veel langer duren. Op oudere leeftijd herstelt dit soms niet volledig. Na de operatie heeft u lange tijd veel minder kracht in uw duim. Dit komt omdat de spieren van de duimmuis, doordat de dwarse polsband is gekliefd, aan één kant min of meer los komen te zitten.

## Contact opnemen

Zijn uw vingers de dag van de operatie of de dag erna blauw en koud of krijgt u veel meer pijn, dan moet u contact opnemen met:

### Polikliniek Orthopedie

- maandag t/m vrijdag
- 8.30 - 16.30 uur
- via tel: 055 - 581 82 45

### Spoedeisende Hulp

- 's avonds en in het weekend
- via het algemene tel: 055 - 581 81 81 en vragen naar de Spoedeisende Hulp

## Vragen?

Heeft u na het lezen van deze folder vragen, stel deze gerust aan uw behandelend orthopedisch chirurg.